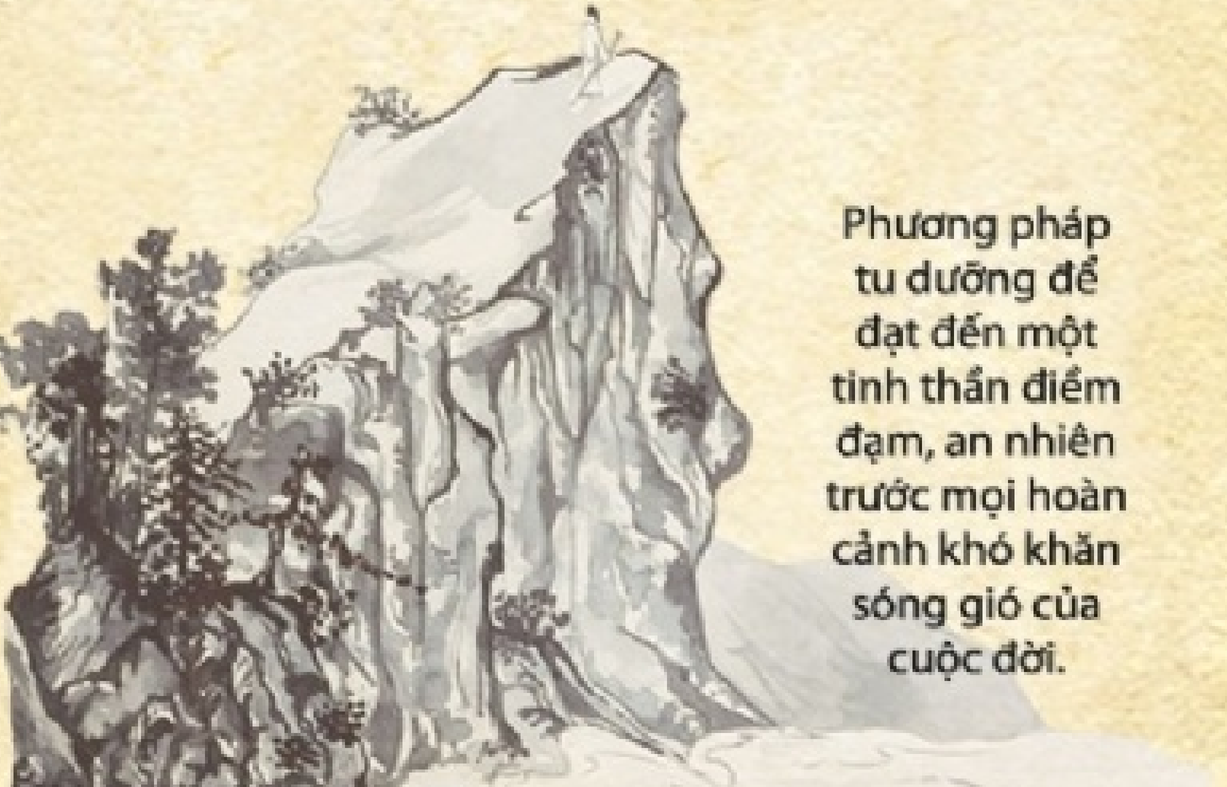
Thu Giang NGUYỄN DUY CẦN

Cái Dũng của thánh nhân



Phương pháp tu dưỡng để đạt đến một tinh thần điềm đạm, an nhiên trước mọi hoàn cảnh khó khăn sóng gió của cuộc đời.

NHÀ XUẤT BẢN TRẺ

CÁI DŨNG CỦA THÁNH NHÂN

Tác giả: Thu Giang Nguyễn Duy Cần
Tủ sách: Triết học

Nguồn: tieulun.hopto.org
Thực hiện ebook: Zaqqaz
Tạo lại (31/12/'15): QuocSan.

MỤC LỤC:

PHI LỘ

Quyển sách này tôi viết nó ra trên mười năm, trong hồi "gió bụi mịt mờ" Tôi không bao giờ dám nghĩ nó có thể xuất bản được trong khi nhân loại đang sống phập phồng bên miệng núi lửa, nó lăm le bùng nổ không biết giờ phút nào: lòng tham dục của con người đã đến cực độ Bởi vậy bàn đến "*cái Dũng của Thánh Nhân*" lúc này không khéo lại đi làm cái chuyện nghịch đời

Thế mà hôm nay, "*cái Dũng của Thánh Nhân*" lại còn được một tiếng dội thâm sâu nơi tâm hồn một vài bạn, thật đã làm sống lại nơi lòng tôi một đôi hy vọng Cái cao vọng của tôi chỉ gây được nơi lòng các bạn sự ngưỡng mộ những cái gì hay đẹp thôi. Được bao nhiêu đó cũng đã là đủ lắm rồi.

Trong cái đời bẩn chật nghèo nàn của tinh thần ta, ta không có chút quyền gì thỉnh thoảng phóng tầm con mắt ta xa hơn và cao hơn nữa hay sao? Người ta sẽ bảo: *cái Dũng của Thánh Nhân* chỉ là cái Mộng. Vâng! Một cái Mộng, mà là một cái Mộng tuyệt đẹp như muôn vàn "mộng" khác. Người ta há đã chẳng bảo: "Đẹp như Mộng"? Vậy chứ Lý tưởng là gì, nếu không phải là Mộng? Ngày nào trên thế gian này con người hết đeo đuổi theo một cái Mộng gì nữa ngày ấy cuộc tiến hóa của loài người cũng sẽ dứt hẳn, mà đời sống của mỗi một người của chúng ta cũng đến lạt lẽo vô vị như nước ốc. Miễn là Mộng của ta đừng phải là Ảo Mộng thì thôi. Nhưng nếu "*cái Dũng của Thánh Nhân*" đã có những người trước ta họ đã thành tựu rồi, thời sao có thể gọi là Ảo Mộng được, trong khi Ta cũng là Người như họ?

Thu Giang NGUYỄN DUY CẦN
Sài thành, ngày 13 tháng 8 năm *Nhâm Ngọ (1942)*

"Chỗ mà người xưa gọi là hào kiệt ắt phải có khí tiết hơn người.

"Nhưng, nhơn tình có chỗ không thể nhịn được. Bởi vậy, kẻ thất phu gặp nhục, tuốt gươm đứng dậy, vươn mình xốc đánh. Cái đó chưa đủ gọi là Dũng.

"Kẻ đại dũng trong thiên hạ, trái lại, thình lình gặp những việc phi thường cũng không kinh, vô cố bị những điều ngang trái cũng không giận. Đó là nhờ chỗ hoài bão của họ rất lớn và chỗ lập chí của họ rất xa vậy."

TÔ ĐÔNG PHA

Thắng nhơn giả hữu lực;
Tự thắng giả cường.
Nhu thắng Cang
Nhược thắng Cường.

LÃO TỬ

TỰA

Vào khoảng trọng xuân năm kỷ mão (1939), trong quyển "Thanh Dạ Văn Chung", tôi có viết: "Thế giới đang cần những cá nhân siêu đẳng, những cá nhân có nhân cách hoàn toàn, những cá nhân không để cho hoàn cảnh un đúc, không để cho thời lưu lôi cuốn, những cá nhân có can đảm suy nghĩ phán đoán lấy mình, những cá nhân đứng giữa cơn dông tố bão bùng, vang rền những tiếng la thét của quần đoàn, của một đoàn trừu mất đường lạc lối, mà vẫn không bấn loạn, vững vàng giữ đặng sự tỉnh mỉnh phi thường của tâm trí Những linh hồn tự do, những tâm tánh cương quyết, nhân loại hiện thời đang thiếu thốn, đang đợi chờ."

Nhưng đó, chỉ là một hoài bão. Muốn đào tạo những cá nhân như thế, phải làm cách nào? Quyển này cho ra là để trả lời câu hỏi ấy: thực hành cái hoài bão trước kia vậy.

Đắc kỳ sở nguyện là cốt yếu, mà có thỏa mãn đặng các bạn hay không lại là một điều tôi không dám mong mỏi. Trước hết, các bạn nên biết rằng quyển sách nầy viết ra cho tôi nhiều hơn cho các bạn. Đây là quyển bàn về phương pháp điêu luyện phẩm cách thanh cao nhất của con người, theo lý tưởng của Á-Đông: nhân cách của một con người siêu thoát.

THU GIANG

Sài thành, ngày 22 tháng 9 năm 1942

PHẦN THỨ NHẤT

CHƯƠNG I: CÁI DŨNG CỦA THÁNH NHÂN

Đức Hạnh của con người, dẫu có nhiều thứ bực nào, cũng không ngoài hai loại: *tư đức và công hạnh.*

Tư đức là những đức tánh ăn chịu về nhân cách riêng của từng cá nhân như: nhẫn nại, can đảm, quả quyết, điềm đạm.

Công hạnh là những hạnh tốt của cá nhân đối với người chung quanh, như đối với cha mẹ, anh em, bà con, vợ chồng, bậu bạn và hơn nữa, với chủng tộc và nhân loại

---

Ở đây, tôi xin bàn về cái tư đức đầu tiên mà cũng là cứu cánh của tất cả những tư đức khác, tức là cái tư đức căn bản đưa con người lên tới bực CHÍ NHÂN: tính ĐIỀM ĐẠM.

Bất kỳ là tôn giáo hay luân lý nào, nếu bàn đến chỗ cùng cực của nhân cách, đều lấy tính ĐIỀM ĐẠM làm căn bản.

Phật, bàn về "*tâm vô quái ngại*"; Lão, nói về "*vô vi điềm tĩnh*"; Nho, luận đến "*hạo nhiên chi khí*", – toàn chỉ vào một đức tánh đã nói trên: ĐIỀM ĐẠM.

ĐIỀM ĐẠM là gì?

Điềm-đạm tức là cái tính "như như bất động", thản nhiên bình tĩnh, "không để cho ngoại vật động đến tâm mình"[1]. Người điềm đạm, tức là người đã làm chủ cả Tình dục và Ý chí của mình. Nói một cách khác, người điềm đạm, tức người "tự động" không "bị động" vì những vật không tùng mình nữa.

"Khổng Tử bị vây ở đất Khuông, không còn phương thế nào thoát ra được, bèn lấy đờn, đờn và ca. Tử Lộ hỏi: "Phu Tử làm sao vui được thế?…" Khổng Tử nói: "Ngươi lại đây ta nói cho mà nghe Ta đã làm hết sức ta, để tránh cái chuyện nầy, thế mà không được, đó không phải còn tại ta nữa, mà là tại Trời. Xưa Nghiêu, Thuấn không bị cự cùng như ta ngày nay đâu, chẳng phải do nơi cái tài thận trọng của các ông ấy hơn ta mà được, mà là tại cái Mạng của họ không như của ta. Kiệt, Trụ, không phải tại họ tài ba ít hơn Nghiêu, Thuấn mà họ bị hại chỉ vì cái Mạng của họ không giống như hai người kia. Lặn xuống đáy biển, mà không biết sợ giao long, đó là cái Dũng của bọn chài lưới. Vào rừng mà không biết sợ hổ báo, đó là cái Dũng của bọn thợ săn. Thấy gươm bén mà không biết sợ, xem tử như sanh, ấy là cái

Dũng của người liệt sĩ. Biết được chỗ cùng thông là Thời, Mạng và *bất cứ là ở vào cảnh nguy hiểm nào cũng không biết sợ, đó là cái DŨNG của Thánh nhân*”[2]

Cái Dũng của Thánh nhân tức là chỗ cùng cực của Điềm Đạm.

Tích xưa, – theo thần thoại Phù tang – các vị thần ở trên cõi trời, có một khi cùng tranh nhau quyền bá chủ cả thế gian. Bất kỳ là vị nào, cũng đều cho mình là quyền lực trên hết tất cả Trời Đất. Các vị thần mới nhất định bầu cử một người làm trọng tài trong cuộc thi chọi, coi ai được làm bá chủ. Vị trọng tài nầy, có trí phán đoán và tính ngay thẳng đặc biệt, cũng là người cao tuổi hơn hết.

Trong các vị thần, một vị bước ra nói:

- Các ngài hãy xem đây, sẽ thấy rõ sức mạnh phi thường của tôi như thế nào.

Tức thời, một ánh sáng chớp lạnh xương, liền theo đó, tiếng sấm nổ vang, làm rung động cả không trung, dường như cả thế gian đều rung rinh sắp đổ Các vị thần đều tái mặt. Lúc bấy giờ, không còn một ai còn dám nghĩ mình là người bất khả xâm phạm nữa.

Vị thần Bão tố, bước ra nói: -Sức mạnh của tôi, còn ghê gớm hơn nữa kìa. Hãy xem dưới kia, cánh đồng mênh mông lặng lẽ.

Nói vừa dứt lời, bỗng mặt nước biển dâng lên Ban đầu từ từ… kế đó sóng nổi gió tung Nước càng dâng, gió càng lớn, sóng càng to cuồn cuộn ầm ầm chỉ thấy còn có một vùng nước mênh mông trắng giã Những ngọn núi cao, sóng đánh lấn riết, không còn thấy mặt Sóng càng phút càng cao, gió càng phút càng lớn hăm he chìm ngập đến cõi trời. Các vị thần thất sắc, cầu khẩn xin tha Thần Bão tố vẫy tay một cái: sóng lặn, gió êm bấy giờ nước biển lao xao, sóng chạy lăn tăn trên bãi cát.

Các vị thần vừa tỉnh trí hoàn hồn, thì nghe có một giọng lảnh lót cất lên:

“Sức mạnh không phải ở nơi sự phô trương của sức bạo tàn, vì nó chỉ có phá hoại mà không tạo lập. Sức mạnh ở cái thuật khuất phục ấy bằng ý muốn của họ. Người ta cảm vì sự dịu dàng mà chịu khuất phục chớ không phải vì bị khủng khiếp mà chịu khuất phục”.

Dứt lời, vị thần Âm nhạc lấy ống tiêu thổi lên một hơi, nhẹ nhàng, êm ái như thế nào mà hết thảy các vị thần mê mẩn tâm thần, như ngây dại Tất cả đều như bị sức âm nhạc lôi cuốn vào giấc ngủ thôi miên.

Nhưng có một vị thần thái độ huyền bí, dường như thản-nhiên bất-động.

Vị này không thấy sấm sét mà choá mắt.

Sóng bủa, nước dưng cũng không khiến gương mặt trầm tĩnh của ông thay đổi.

Mà tiếng nhạc du dương, thâm trầm huyền ảo kia cũng không cảm động lòng ông chút nào cả.

Vị trọng tài day qua hỏi: -Ngài có phải mù, điếc gì không?

- Không. Tôi thấy và tôi nghe.

- Tại sao Ngài không động lòng. Sấm nổ, nước dưng không làm cho quả tim Ngài chao động lên sao? Nhạc thần, tiêu thánh không làm cho tâm hồn Ngài xao xuyến sao?

- Ngài lầm! Quả tim tôi cũng đập, tâm hồn tôi cũng xao.

- Nhưng sao gương mặt Ngài, tôi không thấy lộ vẻ lo sợ hay vui sướng gì cả?

- Không. Tôi là "Điềm Đạm". Tôi là kẻ biết huấn luyện cảm giác tôi, tôi là kẻ đã làm chủ cảm giác tôi rồi. Còn các Ngài, các Ngài chỉ là những người còn làm tôi mọi nó vì chính các Ngài đã không thể chế trị nó.

"Có ích gì lo đi chế-trị sự vật quanh mình, trong lúc mà, một tiếng nhạc tiêu tao cũng đủ làm cho cái tay cầm sấm sét kia phải rụng rời như rũ liệt

Còn nói đến uy lực nỗi gì, kẻ có tài ảo hoặc người kia, khi thấy nước dưng, nghe sấm nổ, cũng vẫn lao nhao lo sợ như ai."

Các vị thần, cúi mặt làm thinh. Vị trọng tài nói tiếp:

- Quyền bá chủ là người nầy. Sức mạnh thật, nơi tâm hồn điềm tĩnh của người nầy!

"Hơn cả sự điều khiển sự vật, người nầy đã khéo léo biết điều khiển tình dục của mình."

"Bất kỳ là một thế lực nào, nếu còn một thế lực khác đánh ngã, không còn gọi đặng là sức mạnh nữa. Người này không phô trương những thế lực vô ích như thế, rõ là người có sức mạnh trên hết. Bất kỳ là những ám thị, những dẫn dụ nào, cũng không làm nao núng tâm hồn người nầy đặng. Trái lại, người nầy đã thấy hết, và đã khéo lợi dụng cả thảy để làm tôi mọi cho mình. Nếu các anh em tin cậy nơi sự phê phán của tôi, thì tôi xin nói thật: "Vị thần điềm-đạm nầy là chúa tể chúng ta cả thảy."

Từ ấy đến nay, câu phê phán ấy vẫn không sai giá.

Phải, sự Điềm Đạm là chúa tể của chúng ta cả thảy. Đạo hạnh con người đi đến đó, là đã tới chỗ cùng cực của nhân cách con người rồi.

Trót một nền học thuật của Lão Trang, không ngoài cái ý đem con người đến cõi "điềm đạm chí cực". Cái đó sâu xa, cao thượng quá, chưa phải chỗ nói của tôi hôm nay.

Tôi đã dành sẵn cho nó một nơi khác.

Muốn lên chỗ cao, phải khởi từ chỗ thấp. Muốn được một tinh thần bất uý, điềm đạm như các bực Thánh nhân, trước hết phải biết nguyên nhân khiến lòng ta hay chao động sợ sệt Sợ, không phải là một chứng bịnh nan y. Phải có chí, và kiên tâm thì làm gì không đạt được ý nguyện.

Sau đây, tôi sẽ bàn đến những phương pháp, từ thấp lên cao, để cho mỗi một người của chúng ta đều được đi đến cái tinh thần đại dũng ấy.

CHƯƠNG II: SÚC TÍCH KHÍ LỰC

A. Phần lý thuyết

NGUYÊN NHÂN thứ nhất khiến cho ta có tánh hay sợ, là thiếu sức khỏe.

Sức khỏe, không phải là sức mạnh của cân cốt, mặc dầu sức của cân cốt là hiện tượng của sức khỏe. Ta phải khéo phân biệt chỗ đó.

Thật vậy, có nhiều người to lớn vạm vỡ, nhất thời có thể vác cả trăm cân, không thấy mệt, thế mà gặp chút nghịch cảnh là đủ thấy con người của họ rụng rời, chán nản Họ nhát như cheo. Cân cốt họ to lớn, mạnh dạn, nhưng mà khí lực họ rất kém cỏi sa sút.

Sức khỏe ở nơi sự khéo tu dưỡng khí lực, chứ không phải chỉ nơi sự điêu luyện thân thể mà thôi.

Napoléon đâu phải là một người to lớn, mạnh mẽ, nhưng khí lực ông dồi dào, có khi đánh trận suốt ngày nầy qua ngày kia, thức suốt đêm kia qua đêm nọ, thế mà tinh thần ông vẫn minh mẫn hoạt bát luôn luôn, không ai sánh kịp. Sức làm việc của ông là một chuyện phi phàm. Là nhờ đâu? Nhờ ông khéo tu dưỡng khí lực.

Các bạn hẳn cũng có nghe nói đến khoa học khí công của người Trung Hoa và Ấn Độ. Có nhiều nhà luyện khí, nhỏ thó, sức mạnh về cân cốt cũng tầm thường, nhưng, một cái đấm hay một cái đá, hoặc một cái ngó của họ, cũng đủ làm cho cái người của mình đảo điên ngơ ngẩn Ấy là nhờ khí lực của họ hết sức đầy đủ dồi dào.

Tại sao khí lực và sức lực lại khác nhau? Khí lực thì ở dưới quyền thẩm sát của cái *Thần*, mà sức lực thì dưới quyền kiểm tra của *Khí*.

Đấy là chỗ mật pháp của khoa học khí công, chưa phải chỗ tôi nói ở đây.

Khí lực là môi giới giữa thần minh và xác thịt. Khí lực không khác nào dầu xăng, thể chất như cái xe, còn thần minh như người cầm lái vậy. Không khí lực thì thân thể không bao giờ tuân lệnh nỗi ý chí của thần minh.

Hiếm kẻ nói: "Tôi đâu có muốn sợ Tôi đã hiểu không có gì phải sợ cả. Thế sao quả tim tôi đập mạnh, rồi cái sợ ở đâu nó tràn vào lấn cả tâm hồn " Đó là tại ta thiếu khí lực.

Súc tích khí lực, ngoài những phương pháp khí công để tăng gia nó, cũng còn có nhiều cách giữ gìn cho nó đừng tản mác vô ích.

Giữ gìn cho nó đừng tản mác, là phương pháp tiêu cực: – còn luyện tập khí công là phương pháp tích cực. Ở đây tôi chỉ bàn qua phương pháp tiêu cực. Tuy là tiêu cực, nhưng cũng phải dụng công như phương pháp tích cực,

có khi còn khó khăn hơn cả trăm lần như ta sẽ thấy sau đây.

Tóm lại, có hai cách để súc tích khí lực:

1. Công phu dưỡng khí;
2. Công phu luyện khí.

Một cái tiêu cực, một cái tích cực, một cái thuộc Âm, một cái thuộc Dương, ta phải cho nó đi liền với nhau một cách điều hòa mới mong có được sự thăng bằng của sức khỏe.

Ở đây, tôi muốn các bạn để ý đến công phu dưỡng khí trước hết, vì như các bạn đã biết, về phương diện tiền bạc, nếu muốn giàu có, trước phải lo cần kiệm, rồi sau mới lo làm tiền thêm. Về phương diện súc tích khí lực cũng một thế.

Công phu dưỡng khí

Vật chất và tinh thần quan hệ với nhau rất mật thiết. Một thể chất bạc nhược không bao giờ có đặng một tinh thần dũng mãnh. Cái đó là một điều hết sức hiển nhiên.

Nguyên nhân làm cho ta hao tán khí lực, là sự náo động vô ích. Ta nên phân biệt cho kỹ náo động và hoạt động. Phàm muốn thi hành một điều gì, ta phải quan sát cử động ta, đừng cho nó có những phung phí vô ích.

Sống, phải hoạt động, nhưng không nên náo động chút nào cả.

Quay máy xe hơi là để mà chạy đến một chỗ nào nhất định Tới nơi rồi, vô lý lại không tắt máy, để hao xăng vô ích. Để máy chạy vô ích trong lúc xe nghỉ đó là náo động; – để máy chạy trong lúc xe đi, đó là hoạt động.

Một cái động vô ích, và một cái động hữu ích, đó là chỗ phân biệt náo động và hoạt động.

Trong đời ta cần phải kiểm tra và trừ khử một cách gắt gao những náo động, những phung phí vô lối khí lực ta, nếu ta muốn đi đến một tinh thần thanh-sảng và tự chủ.

Mỗi một cử động vô ích, như la hét, cười cợt, nhảy nhót, rùn vai, rút cổ, ra tay ra chơn, nóng nảy vụt chạc toàn là những cử động vô ích, chỉ để làm tiêu hao khí lực, chớ không bổ dụng vào đâu cả. Ta nên biết, bất kỳ là một cử động nào, dầu yếu hay mạnh, cũng đều làm cho khí lực tiêu hao.

Vậy ta phải hết sức tiết kiệm những khí lực hao tổn vô lối ấy, bòn mót nó như bòn vàng.

… "Ở một xứ kia, rất xa có một ngọn núi rất cao. Trên triền núi, có những đường suối chảy rất trong, ban đêm cũng thấy nhấp nhô ánh sáng dưới đáy

Cái trạng thái đặc biệt ấy, làm cho hai người lữ khách đi lạc vào khu vực ấy, để ý.

Muốn khám phá cái trạng thái huyền bí ấy, mấy người nầy lấy tay mò dưới đáy và bốc lên một bụm cát để xem.

Một người la lên:

- Ý vàng đây anh.

- Phải, vàng.

Rồi anh sau này, vẫn ngồi lẳng lặng suy nghĩ.

Anh trước, thì lo hốt lên đổ xuống, chơi một hồi cho đã, đứng dậy, chùi tay và thở ra, than:

“Thật vậy đấy là chất vàng. Nhưng mà, nó có ích gì cho mình. Anh không thấy, vàng ở đấy, chỉ là những cái mạt rất nhỏ, có thấm vào đâu mà để ý tới nó cho tốn công vô ích.”

Anh ngồi suy nghĩ trả lời:

- Không. Mình phải thủng thỉnh mà bòn từ chút, rồi hiệp lại mới nên một thỏi chớ.

- Thôi anh! Tôi không phải đem cái đời của tôi chôn nơi chốn hoang sơn cùng cốc nầy. Tôi muốn làm giàu một cách nhanh chóng kìa. Người ta quyết chắc với tôi rằng ở ngoài những miền biển kia có rất nhiều giống thú lạ, da nó rất quý. Anh cũng dư biết tôi là một tay thiện xạ, bá phát bá trúng. Tôi sẽ bắt đầu đi vào con đường tôi đã nói.

- Tôi cũng biết như anh vậy. Nhưng mà tôi cũng biết cái phần số dành sẵn cho những thợ săn mạo hiểm và khinh suất, lơ đễnh đi vào chỗ đầy nguy hiểm mà không dè trước. Anh nên biết, nơi đấy là một chỗ đồng hoang cỏ cháy: không có một cái suối, không có một bóng cây. Ví dầu anh có thể thâu thập đặng rất nhiều tấm da quý giá đến thiên kim vạn lượng đi nữa, trước khi anh bị sự đói khát nó vật ngã anh, anh liệu có thể một mình anh chở cả kho tàng ấy mà đi về tới quê hương xứ sở anh không?

Tôi đây, cũng là một tay thiện xạ như anh. Tôi đây, tôi cũng biết ham muốn cách làm nhanh chóng như anh. Nhưng mà, anh thấy không, tôi lại vui lòng ở lại đây, đi bòn từ miếng vàng vụn, nhất định không đem tấm thân nầy xông pha trong cuộc nguy hiểm, mà tôi biết trước, sẽ đem lại cho toàn là những điều bất lợi.

- Anh là một người nhát gan.

- Không, tôi là tín đồ của Điềm Đạm, tôi biết suy nghĩ sâu xa.

- Còn tôi, tôi là người can đảm, tôi không cần suy nghĩ đắn đo gì cả.

- Anh lầm. Anh chỉ là một người nhiệt hứng nhất thời, nghĩa là một người táo bạo mà thôi.

- Vậy thì anh không chịu theo tôi phải không? Anh sẽ hối hận khi thấy tôi sau nầy dẫy đầy của quí.

- Than ôi! Tôi vẫn sợ sẽ không thấy mặt được nhau nữa, vì tôi đã thấy trước, anh đã lăn vào hố sâu vực thẳm

Ở lại một mình, sau khi đã hết sức trầm tư mặc tưởng, anh đứng dậy, một cách quả quyết tự bảo: "Thôi! Bây giờ là tới thời kỳ hành động". Anh đốn cây, bẻ lá về làm một cái chòi tạm, và kiếm những cách sống bằng hoa quả Anh đươn rổ và làm rây để lược vàng. Mỗi ngày anh làm việc một cách nhẫn nại, từ sớm đến trưa, từ trưa đến chiều không chút sờn lòng.

Nay một chút, mai một chút và cứ thế mãi. Vàng của anh góp lại, vừa đủ mang đi, anh mới lần mò trở về quê cũ.

Ba ngày ròng rã, sớm đi tối nghỉ, anh đi gần tới ven biển. Bỗng xa xa, anh thấy dạng một vật sù sù Phát nghi, anh lần đến thì ra một đống xương người giữa những tấm da thú lạ. Nhìn kỹ những mảnh áo quần, cung tên, quả quyết là của người bạn cũ.

Có lẽ anh ấy đã không chịu nổi với những giày vò thống khổ của đói, khát, nóng, lạnh, với những trường hợp cừu thù nó vây khổn anh, nó rình rập từng chặng đường giong ruổi của anh, những cái mà người bạn điềm tĩnh của anh trước kia, đã suy nghĩ biết trước.

Trái lại, người bạn của anh, ngày nay đã nghiễm nhiên là một anh giàu có hằng vạn, thế lực rất to tát là thế nào. Chỉ vì khéo điềm tĩnh, nhẫn nại, khéo thực hành những nguyên tắc anh đã dự định: Súc tích Sức mạnh.

Rời ra, mỗi một miếng vụn, không đáng kể là gì: nhưng nếu hiệp lại muôn vàn miếng ấy, nó là một thế lực, một sức mạnh không còn ai là dám xem thường

---

Nhà dưỡng khí, họ thu thập khí lực, không khác nào anh bòn vàng nầy.

Mỗi một cử động vô ích, mỗi một dục vọng thừa thãi là mỗi một sức mạnh tiêu hao.

Không điềm tĩnh, thì không bao giờ suy nghĩ sâu xa cho đặng, trước khi hành động cho có kết quả mỹ mãn.

Súc tích những khí lực tản mác đó đây vô ích, là một yếu tố chắc chắn của Thành công.

Nhưng không phải bất kỳ là ai cũng làm được, không phải bất kỳ là ai cũng biết khám phá được những khí lực ấy, vì họ không biết phân biệt những

đặc tính của nó là gì.

Cái đặc quyền ấy, chỉ có những tín đồ của Điềm Đạm là giữ được mà thôi, và cũng nhờ sự Điềm Đạm ấy, họ mới giữ được đặc quyền nầy.

Không điềm tĩnh thì không thể có được sự xét đoán đúng đắn được.

Không điềm tĩnh, thì không thể xua đuổi được những dục vọng, những hứa hẹn, những hy vọng ảo huyền của bản ngã.

Không điềm tĩnh thì khó mà làm cho im lặng cái tiếng kêu vang của vật dục, của tự đắc, nghĩa là của tấm lòng háo thắng và nhiệt hứng cấp thời nó xô đẩy ta vào những hành động phi lý, ngu khờ, lơ đễnh.

B. Phần thực dụng

Dưới đây là những phương pháp giản dị để súc tích khí lực.

Muốn cho các bạn dễ nhớ, và dễ nhận được những mạch lạc của mấy phương pháp dưới đây, tôi xin tóm lại đại khái những điều đã nói trên.

Trong đời ta, có hai lối hành động: hoạt động và náo động; hay là, nói một cách khác: hành động có ý thức và hành động vô ý thức.

Một đàng, là ý thức, phê phán lý luận; một đàng là vô ý thức và náo động nhất thời không phải suy nghĩ gì cả.

Người Điềm đạm, tức là người tự chủ, người biết lấy ý thức mà kiểm soát, điều khiển những cử động vô ý thức của mình.

Vậy, bắt đầu, phải kiểm soát từng hành vi vụn vặt mà vô tâm của mình, để cho cái Thần của mình thường làm chủ được cái khí lực và cái thân thể của mình.

Bấy lâu nay, ta vẫn hành động vô tâm, tha hồ cho dục vọng muốn làm gì thì làm. Có việc ta biết là phải, nhưng dục vọng ta không nghe, ta cũng tuân theo mà làm sai với cái quyết định trước kia của ta. Ta đã vô tình để cho nó làm chủ ta một lần. Một lần khác cũng thế và nhiều lần như vậy Ta cũng tưởng đó là một vài câu chuyện nhỏ, nên bỏ qua. Nhưng mà không. Sở dĩ nước loạn, nhà nguy thường không phải là tại quy luật không nghiêm hay sao? Chuyện gì cũng dễ dãi, bỏ qua, tha thứ Dung túng, là làm mồi cho sự nghịch loạn sau nầy. Cha dạy con mà không nghiêm, thầy dạy học trò mà không nghiêm, vua xử tôi mà không nghiêm là đã đi vào con đường diệt vong của thế lực và trật tự rồi vậy. Tới khi hữu sự, vua bị lờn, cha bị khi, thầy bị khinh còn đâu là kỷ luật, là uy thế của kẻ cầm quyền. Thần minh của ta đối với cơ thể của ta, cũng một thế.

Ta, nên biết, mỗi một tế bào trong cơ thể ta: không khác nào mỗi cá nhân trong một xã hội có tổ chức hẳn hoi. Nó có một trí thức riêng, biết tuân theo Ý chí của Thần minh.

Các bạn có nghe nói phương pháp tự kỷ ám thị của Coué không? Cũng là lợi dụng cái ý thức của các tế bào và tạng phủ trong cơ thể ta, để gây tạo sức khoẻ bằng sự sai khiến của Thần minh.

Những nhà tu Fakir bên Ấn Độ, những nhà nội công của Trung Hoa, có thể sai khiến tạng phủ họ đến ngưng hơi thở, ngưng máu chạy cùng làm nhiều điều mà người phương Tây không thể hiểu nỗi, vì đã chấp cả sinh lý, như chôn sống trăm ngày dưới nước mà không chết Cái đó không phải là hoang đàng. Nó là sự thật, và đã có lắm nhà bác học Âu Tây chứng nhận.

G. Soulié de Morant nói: “Mỗi tế bào có vừa đủ trí thức để làm việc theo trách vị của nó. Mỗi một nhóm tế bào, mỗi một tạng phủ, cũng có một trí thức hiểu biết và phản động riêng, để làm việc theo phận sự của nó đối với toàn cơ thể. Các trí thức ấy, chịu dưới quyền sai sử của một Ý thức chung, là Thần minh hay Ý chí.”[3]

Những nhà khí sĩ Trung Hoa, Ấn Độ sai khiến tạng phủ, nói chuyện với tạng phủ họ, như chủ nói chuyện với tớ. Họ tập cho tạng phủ họ quen với kỷ luật của Ý chí.

Vậy, chứ ta không thấy nhiều người không đau gì cả, thế mà thầy thuốc bảo đau, là họ đau ngay theo lời dẫn dụ của nhà y sĩ sao? Cái gì làm cho họ đau đó? Trí tưởng tượng của họ Trí tưởng tượng mà kiên cố mãi, biến thành ý định. Ý định, tức là ý thức.

Theo Âu Tây, người ta cho tạng phủ trong cơ thể ta là vô ý thức. Nhưng mà, người Á Đông lại khác. Họ cho cơ thể của ta cũng có ý thức, nhưng chỉ là một ý thức còn thuộc về thiên tính rất thô sơ. Trừ tạng tâm ra, các tạng phủ khác đều là những nhóm tế bào có một trí thức đần độn, mà tạng gan là đần độn nhứt. Cho nên, trong các tạng, chỉ có Tạng Tâm là dễ sai khiến, vì khôn ngoan lanh lợi hơn hết.

Nếu thường ngày, ta không quen tập luyện cho tạng phủ ta quen với kỷ luật, với sự tuân mạng-lệnh của Thần minh, thì khi hữu sự, nó không nghe theo ta. Cái đó là lẽ cố nhiên.

Ta là một nhà kỵ mã. Hằng ngày, con ngựa ta cỡi, ta bảo nó đi bên đông, nó cứ chạy bên tây. Ta cũng vẫn bỏ qua không kể Cứ như thế mãi Đến ngày ngộ chiến, ta bảo nó chạy theo ý ta, nó không nghe cái đó cũng không trách nó cho được.

Con trong nhà, nó muốn gì được nấy, tha hồ làm gì thì làm, thì khi cần phải nghe theo mạng-lệnh của mình, nó không nghe, đó cũng không có gì là lạ nữa.

Trong một nước cũng vậy, mà bất kỳ là trong một xã hội nào cũng thế.

Nhất là trong kỷ luật của nhà binh, nếu quân pháp không nghiêm, thì ra trận, đánh đâu thất đó.

Đấy là một điều hết sức hiển nhiên, không cần phải chứng dẫn, ai ai cũng đều công nhận.

Đừng khinh thường việc nhỏ. Nhiều cái nhỏ mới ra cái lớn.

Bởi vậy, trong những hành vi vụn vặt trong đời hằng ngày của ta, ta phải kiểm tra kỹ lưỡng, và phải dụng ý thức mà điều khiển nó. Ta phải tập sai

khiến nó – từ cái ăn, cái ngủ, cái làm…

Ví như ta muốn ăn đồ ngon. Ấy là cơ thể ta, dục vọng ta, nó muốn sự sung sướng

Ta phải lấy lý mà suy, và nếu thấy không có hại gì cho xác thịt hãy ra lịnh cho nó đừng ăn. Và đã một khi nhất định, dầu có thèm cho mấy, ta cũng không để cho nó bỏ qua cái mạng-lệnh của ta. Ta đã thắng được nó. Nó đã bị thua và tuân lệnh theo ta rồi.

Cứ mỗi một cái nhỏ nhặt như thế, ta cứ tập cho nó quen sự vâng lời, thì đến khi việc lớn, không bao giờ nó dám cãi.

Ta không ưa anh X Thấy anh, tự nhiên ta xây qua chỗ khác. Đó là cái xúc động nó xui ta như thế: ấy là cái dục vọng của tấm lòng tự đắc của ta nó khiến ta như thế. Ta hãy tự bảo: Hãy cười và bắt tay anh ấy, và đừng ghét anh ấy nữa, vì đó là vô lý. Người ta, ai cũng có ý nghĩ riêng của họ, không quyền nào ta bắt buộc cả thảy phải có một ý muốn như ta, một thái độ như ta. Luận như thế và cho đó là phải, rồi thì hãy nhất định không nghe lời cám dỗ của bản ngã, hãy nắm tay anh ấy, và vui vẻ với người ta. Ta đã thắng dục vọng ta, vì nó phải chiều theo mạng-lệnh của ta.

Ở nhà, muốn mở cửa sổ, nhưng mình không chịu mùi hoa dạ lý. Biết không có hại, song vì nó không chiều sở thích của mình, nên mình không chịu mở cửa. Hãy đi lại cửa, mở toác ra và hãy đứng đấy, đừng có chiều thị dục của mình mà tự bảo: “Vô lý mà phải sợ nó. Nó vẫn dễ chịu kia mà”.

Có nhiều cách để điêu luyện tinh thần tự chủ ấy. Có một anh học trò khoa khí công hỏi thầy: “Vậy chớ công phu đầu tiên của một nhà luyện khí phải như thế nào?” Ông thầy nói: “Anh hãy nhất định dán cò cho thật ngay ngắn và luôn luôn bên tay mặt bao thơ!”

- Rồi thôi sao?

- Bấy nhiêu thôi.

Thấy học trò mình ngồi ngơ ngác, ông thầy nói thêm:

- Thì cứ làm như thế đi. Tuy là một việc rất dễ, rất thường nhưng mà luôn luôn như thế, tất anh phải thâu bớt những cử động hớp tớp, vụt chạc của anh. Anh tập luôn luôn phải trầm tĩnh, và tuy là một chuyện nhỏ, cái thần minh anh vẫn làm chủ cái tay anh luôn. Cứ mỗi một hành vi, bất kỳ là hành vi nào, lớn nhỏ cũng vậy, hãy tập “dán con cò cho ngay, và luôn luôn bên tay mặt”. Tôi không còn phải nói gì thêm với anh nữa.

Đừng đi kiếm những việc khó làm, lớn lao đâu khác làm gì Cứ những chuyện vụn vặt nhỏ nhít ấy mà làm, đừng thấy nhỏ mà dể khinh, vì chính những hột cát ấy hiệp lại mới thành bãi sa mạc

Nếu những cử động hằng ngày mà được thi hành dưới sự kiểm soát của ý thức, thì tới khi gặp đại sự, như gặp phải sự khủng khiếp nguy cơ, ta không còn phải nói như anh trước kia: "Tôi vẫn không muốn sợ, và tôi biết không có gì phải sợ, thế mà sao quả tim tôi đập mạnh, mồ hôi toát trán rồi thì cái sợ ở đâu nó tràn vào lấn cả tâm hồn." Trái lại, lúc ấy, nếu ta không chịu sợ, thì cơ thể ta không dám cãi ta Ta vẫn giữ được sự điềm tĩnh như thường.

a) Kiểm soát những xúc động về tình cảm

1. Thổ lộ chân tình

Trong các cử động vô ý thức và hao tổn khí lực hơn hết, chỉ có sự thổ lộ chân tình là nên trừ khử trước nhất.

Bất kỳ là ở vào trường hợp nào, tốt hơn ta hãy lặng lẽ làm thinh. Ta phải gắng sức, vì đó là một sức mạnh không phải dễ gì kềm thúc.

Ví như ta có được một tin gì lạ, và muốn đem tin ấy mà cho người bạn của ta hay, ta nên nghĩ rằng: nói ra, ta sẽ hao phí một ít khí lực vô ích. Hãy giữ nó lại: đừng nói gì cả. Đừng tỏ ra cho ai biết những cảm tưởng của ta, nhứt là những xúc động của ta đối với dư luận chung quanh: mỗi một lời nói, mỗi một cử động, mỗi cái múa tay, múa chân vô ích mà kềm lại được, là thêm cho mình khí lực đó.

Đừng lãng phí khí lực của ta trong những câu chuyện vụn vặt: bàn tán câu chuyện hằng ngày, phê bình người kia kẻ nọ Đừng tưởng đó là mất vẻ giao thiệp, chính đó là cách bớt những cử động vô ích cho mình và cho người.

Khi nào cần phải nói, thì hãy nói. Nói một cách có ý thức; lừa lọc từ lời. Phải thay vào những câu ngớ ngẩn, những câu có ý nghĩa. Đừng cãi lẫy vô ích với ai cả. Nếu ta biết trước rằng không ích gì cho hai bên, thì hãy làm thinh, và để cho bên địch họ phung phí khí lực của họ; còn ta, ta hãy gìn giữ củng cố nó lại. Nhất là đừng bao giờ vô tình để cho người ta bắt buộc mình phải nói.

Trong khi nói, đừng hấp tấp, vội vàng. Thủng thỉnh mà nói. Nói cho rõ ràng, quả quyết. Trong ngày, hãy kiểm soát và thâu rút lời nói lại – được nhiều chừng nào hay chừng nấy.

Đừng lầm lộn nói nhiều và nói ít.

Có người suốt đời nói mãi, mà vẫn như chưa từng có nói. Có kẻ suốt đời rất ít nói, nhưng mà nói rất nhiều.

Không lạ, Khổng Tử, Gia-Tô, Thích Ca dẫu nói suốt đời, cũng vẫn còn là nói thiếu Còn lắm kẻ, một ngày không nói một lời, mà hễ nói ra toàn những lời vô ý nghĩa, hoặc đi gieo sự ngờ vực, sự tan rã, sự cừu thù giữa con người

Họ nói rất nhiều.

Cũng đừng sa vào thái quá. Nhiều kẻ tâm trí sâu hiểm, họ thấy hại cho kẻ khác, cũng vẫn làm thinh. Cái đó, không phải họ thu nhập khí lực, mà họ tiêu tan khí lực bằng sự giày vò của ghen ghét, của ác tâm. Ở ngoài, thấy hòa hưỡn, nhưng nơi trong là sức phá hoại ghê gớm mà ta không dè. Cái không nói của người điềm đạm, không có ẩn một ác ý gì cả.

2. Hiếu danh

Nói nhiều, thường là do nơi tấm lòng tự đắc nó xúi ta như thế. Ta kiếm đủ cơ hội, để tỏ cho chung quanh thấy ta là giỏi, là hay để thoả mãn cái lòng tự đắc, hiếu danh của mình. Không phải những sự phách lối, thô kệch của bọn đụng ai cũng khoe khoang mình đâu! Một cách tinh vi, ta thừa đủ cơ hội để khen người này, tặng người kia, nhưng rốt lại, người được khen ấy là bậu bạn, anh em học trò, hoặc con cháu ta.

Cứ quan sát kỹ chung quanh, ta sẽ thấy trong câu chuyện hằng ngày, ít có ai tránh khỏi cái tánh hiếu danh ấy Nhất là mình, phải kiểm soát cho kỹ lời nói, nhứt định đừng để nó phải sa vào xu hướng đó.

3. Nóng nảy

Bất kỳ là ở vào trường hợp nào, đừng bao giờ để lộ ra vẻ nóng nảy, bực tức Dẫu phải đứng trước những khiêu khích thậm tệ, hãy giữ thái độ trầm tĩnh. Nên tự nhủ: “Nếu ta giận là ta mắc kế. Bởi ta không vừa ý họ, nên họ muốn trả thù ta bằng cách làm cho ta bực tức, đau đớn Nhất định, ta không để cho ai lợi dụng và sai sử ta như một con vật thụ động”.

Trở lên là những xúc động vô ích về tình cảm. Ta phải kiểm soát nó cho kỹ, và tẩy trừ nó, đừng cho nó lộn vào các hành động có ý thức của ta hằng ngày.

Trở xuống, bàn đến cách kiểm soát những xúc động về giác-cảm.

b) Kiểm soát những xúc động về cảm giác

Tư tưởng của ta sở dĩ hoạt động, là nhờ những nhận thức của ngũ quan. Đem những giác-cảm ấy mà giải phẫu, lý luận là một điều rất hay cho sự tự chủ của ta sau nầy về những xúc động do ngoại giới gây nên.

Ta nên biết: Hình thái của ngoại vật thường làm cho tinh thần bên trong ta biến đổi. Đi vào trong một quán nước, hay một đền thờ, một tòa sứ không phải tâm hồn ta có một cảm giác như nhau. Vách sơn, bàn ghế, hình ảnh, cách bố trí của một toà thánh hay một dinh thự gây nơi lòng ta một cảm giác trang nghiêm tôn kính mà ta không thể có được khi bước vào quán nước đầu làng.

Nếu sự bất ngờ xui đến cho ta phải chứng kiến một cuộc án mạng hay tai nạn ghê hồn nào, tự nhiên ta xây mặt chỗ khác Đó là một cử động không ở dưới quyền của ý thức.

Cách ăn mặc, dáng đi đứng của người, khiến ta đối đãi với họ, có những cử chỉ như thế này, hoặc như thế kia.

Trời sẫm, khí lạnh bên ngoài làm cho tinh thần ta uể oải, buồn chán Nhiều vật, rờ đến, khiến cho ta khó chịu hay sợ sệt Có người sợ da cóc, sâu, dế một cách hết sức vô ý thức.

Không phải đi tìm nó, nhưng nếu phải gặp nó, thì hãy trấn tĩnh lại, ngó ngay vào nó và đừng sợ nó nữa. Dùng lý luận mà thắng những cái cử động vô ý thức đó.

Nếu có sự náo nhiệt, ồn ào, xe chạy hay máy rồ làm cho thần kinh ta khó chịu đừng nhăn mặt, nhíu mày, tỏ vẻ bực bội khó chịu gì cả. Hãy lẳng lặng nghe tiếng còi nhà máy, hay tiếng xe chạy đi! Bạn sẽ thấy, rồi cũng không có cái chi là khó chịu nữa.

Nếu có một hơi nồng, hôi hám, hãy tìm cách dời cái gốc làm cho hôi thúi ấy đi nơi khác, nếu ta biết nó có hại; bằng không, thì đừng có sợ nó mà bịt mũi nhăn mày. Hãy tự nhủ: "Ta không để cho cái vật vô nghĩa nầy làm náo động lòng ta".

Ăn uống, ta ưa món nầy, chê món kia. Nếu biết món ăn ấy có ích cho ta, nhưng ta không thích, hãy cứ ăn món ấy và tự nói: "Ta nhất định không để thị dục ta ưa muốn cái điều ta biết là không có ích". Ta không khứng để dục vọng ta làm chủ lấy ta nữa. Đang khi một món ngon lành khích động làm cho ta thèm thuồng nhểu dãi, thế mà ta lại "thắng" được nó ngay, đâu phải là một việc dễ dàng. Ăn kiêng cữ hoặc ăn chay theo các thầy tu, cũng là một lối rất hay để tập cách tự chủ lấy thị dục của mình.

Toàn là những việc nhỏ nhặt Tuy vậy, các bạn cũng nên biết: Một cục đá, một giọt nước là nhỏ, nhưng nhiều cục đá, nhiều giọt nước mới làm nên trường sơn đại hải; một bước là vắn, nhưng nhiều bước hiệp lại, thì ngàn dặm cũng không xa

---

Lương Khải Siêu, luận về tự trị có nói: "Phàm xưa đến nay, những người thành được những việc vĩ đại, đều nhờ thắng được mình một cách mạnh mẽ. Người Thái Tây, không cần nói đến; cổ nhân cũng không cần nói đến; hãy nói đến những kẻ gần đây.

"Tăng Văn Chính, lúc thiếu thời, có tật hút thuốc và dậy trễ. Sau định tâm chừa lấy. Ban đầu, tật ấy thường quật lại mạnh, khó thể trị được, nhưng Văn

Chính xem nó như kẻ thù, quyết hạ cho được nó mới nghe. Về sau, Văn Chính giết được giặc là Hồng Tú Toàn, một tay anh hùng cái thế hùng cứ hơn 10 năm đất Kim Lăng. Chính cũng là một tinh thần ấy mà Văn Chính đã giết đặng cái tật xấu nó chiếm cứ tâm hồn hơn 10 năm.

"Hồ Văn Trung khi ở trong quân, mỗi ngày đều đọc *Thông giám* 10 tờ.

"Tăng Văn Chính khi tại quân mỗi ngày đều viết nhật ký vài mục, đọc thơ vài bài, đánh cờ một bàn.

"Lý Văn Trung mỗi ngày dậy sớm viết theo Lan Đình 100 chữ.

"Suốt đời họ, lấy đó làm thường thường, người thường tình thấy thế, há chẳng cho rằng những sự tiểu tiết ấy không có liên lạc gì đến việc lớn sao? Nhưng các người ấy đâu hiểu đặng rằng đặt ra các phép tắc có chừng mực, và làm theo đó luôn luôn một cách không sai chạy, thật là một sự to tát đệ nhất của phẩm cách con người. Kẻ khéo quan sát, đều xem xét mãnh lực tinh thần con người bằng cách ấy."[4]

CHƯƠNG III: THÁI ĐỘ VÀ CỬ CHỈ

YORITOMO TASHI chê những kẻ táo bạo, phiến động nhất thời, những kẻ không tự chủ và cũng không chịu lo kiểm soát, ngự trị những cử chỉ lố lăng của mình, là bọn người “tư tưởng trên bắp gân”.

“Tư tưởng trên bắp gân”, nghĩa là gì? Với những người ấy, không cần phải cật vấn làm chi cho nhọc Gương mặt họ là phản ảnh rất trung thành những tình cảm tư tưởng họ.

Những sự mừng, giận, thương, vui, đều lộ ra ngoài gương mặt hay dáng điệu.

Cái “bản ngã”, cái chỗ thâm sâu huyền bí của họ, chỉ như một cái “thành” không củng cố, không tường lũy ai muốn ra vào cũng thong thả. Những kẻ nông nổi, lơ đễnh, không cần quan sát cũng có thể hiểu được thâm tâm của họ.

Những người như thế, không thể đảm đương sự lớn. Muốn làm việc lớn cần phải có những người trầm mặc: vui, buồn, mừng, giận, không hề bao giờ lộ sắc.

Điềm tĩnh là một trạng thái của nội giới Bởi ta điềm tĩnh nơi trong, nên bề ngoài dáng điệu cử chỉ mới thấy đặng vẻ im lặng. Cái đó là tinh thần ảnh hưởng vật chất.

Nhưng, vật chất cũng ảnh hưởng lại tinh thần: những cử chỉ điềm đạm, nếu khéo giữ gìn, cũng khiến được tâm hồn trầm tĩnh.

Trị được thân thể, cử động của mình, là đã đi một bước khá dài trên con đường điềm đạm.

Đi ban đêm, những kẻ nhát thường hay hút gió, ca hát, ra dáng điệu thản nhiên rồi thì cũng nhờ đó mà bớt sợ.

Lúc ta buồn bực chán nản, nếu cứ nằm ỳ mãi một chỗ mà than thở, rồi cũng sẽ vì đó mà buồn bực chán nản thêm. Trái lại, nếu ta phản động lại, ca hát, vui cười tức thời những cái chán, cái buồn cùng theo tiếng cười mà tiêu ma đi hết.

Trong quân đội, người ta cũng dùng một phương pháp ấy. Muốn khêu gợi sự tôn kính và vâng lời theo mạng lịnh bề trên, người ta bày ra cách “chào cứng đơ và thẳng cẳng”, đó là dùng cử động bề ngoài để chi phối bề trong.

Trong những cuộc hành lễ của các tôn giáo, những cử động nhất định như quỳ, lạy, đọc kinh, v.v cũng đều do một nguyên tắc ấy mà ra. Thật vậy, những cử chỉ khiêm nhường gây cho con người có một tâm hồn khuất phục, sợ sệt Muốn có đức tin và lòng tôn kính, hãy bước vào đền thờ hay chùa

miễu, hãy dự vào những cuộc cúng lễ đi thì rồi ta cũng sẽ có một đức tin như những tín đồ chân thành của các tôn giáo ấy vậy. Kẻ nào có đạo mà ít đi nhà thờ, không bao lâu sẽ không còn đức tin về đạo của mình nữa. Pascal nói: "Hãy quỳ gối và đọc kinh đi, rồi thì đức tin sẽ đến cho anh."

Vậy, với những ai muốn có một tâm hồn điềm đạm, hãy trước hết gìn giữ kỹ càng một thái độ trầm tĩnh, thì rồi sự trầm tĩnh sẽ đến, tràn ngập nơi lòng mình không sai vậy.

Tại sao ta không lo điêu luyện tinh thần điềm tĩnh nơi trong trước, lại lo huấn luyện cử chỉ điềm tĩnh bên ngoài. Cái đó không có gì lạ. Ý chí trị cái hiện tượng của cảm tình dễ hơn là ngăn cấm cảm tình ấy. Giận, ta có thể trị liền cái tay ta đừng đánh đập một cách dễ dàng hơn là trị cái giận ấy đừng cho nó có. Rồi thì sự điềm tĩnh bề ngoài ấy, nó ảnh hưởng lại tinh thần bên trong của ta. Nếu ta làm bộ giận dữ, rồi thì, một lúc nữa, sẽ giận ngay thật.

Người ta thường để ý thấy rằng, trình độ con người càng cao bao nhiêu, thì những cử động vô ý thức của thiên tính càng giảm bấy nhiêu.

Những kẻ chất phác ngây thơ mà sự giáo dục phó mặc cho tự nhiên theo thiên tính, là những kẻ hay buông lỏng tâm hồn mình cho khách qua đường.

"Chế ngự những dáng điệu cho có mực thước, gìn giữ lời nói cho có khuôn sáo, ấy là thái độ của những tâm hồn cao thượng".

Tóm lại, bất kỳ là ở vào trường hợp nào, nếu muốn trầm tĩnh, trước hết hãy lo gìn giữ cho sắc mặt và dáng điệu có một thái độ thản nhiên Chắc chắn, ta sẽ thắng đặng mối cảm xúc nơi lòng và lần lần tâm hồn trở nên yên lặng.

Cách tập luyện

Trước hết, ta phải nhứt định gìn giữ kỹ càng không cho mặt lộ vẻ kinh ngạc, hay bực bội vì những khó chịu do giác quan ta nhận thức.

Nghe một tiếng động to và bất ngờ, đừng giựt mình hay la hoảng, hãy trấn tĩnh ngay và im lặng. Thấy cái gì lạ, dữ đừng tỏ dấu ngạc nhiên, hay kinh khủng. Đi xem hát, những lúc nhiệt hứng, đừng vỗ tay la lối om sòm. Rủi có đụng chạm, hay té ngã, cũng cứ thản nhiên, đừng nhăn mày nhíu mặt, tỏ dấu đau thương. Đừng để ai tội nghiệp cho mình cả. Đi xe, nếu phải bị chờ đợi, cứ thản nhiên đừng tỏ dấu bực mình. Bất kỳ là ở trường hợp khó chịu nào, cũng phải khéo lợi dụng nó để điêu luyện cử chỉ điềm tĩnh của mình.

Đừng tưởng lầm như thế là tỏ ra mình nhu nhược, có một cử chỉ tiêu cực, thụ động. Trái lại, người như thế là người dũng mãnh nhứt đời.

Đối với những xúc động về tinh thần, cũng nên lấy một cử chỉ ấy mà đối phó. Có ai nhục mạ mình, hoặc làm phật lòng mình, hãy điềm nhiên, đừng tỏ dấu chi khó chịu cả. Nếu cần phải trả lời, hãy ung dung tươi tỉnh mà trả lời, vắn tắt và thản nhiên, đừng cho sắc mặt biến đổi theo mối cảm của tâm tình. Bất kỳ là một sự vật nào, bất kỳ là một người nào: hãy tập ngó ngay bằng cặp mắt lạnh lùng quả quyết.

Phản động như thế, lâu ngày rồi thì ta sẽ thấy, chung quanh, người hay vật, không còn có ảnh hưởng gì đối với ta như xưa nữa cả. Trì chí kiên tâm, một ngày một chút, đừng nản lòng, đừng gián đoạn Một ngày kia, không xa đây, các bạn sẽ thấy đời mình thay đổi mới lạ

Anh kép hát A. Dieudonné sau khi đóng vai Napoléon anh thấy cái người của anh đổi khác, những cử chỉ, những dáng điệu của Napoléon, mà anh bắt chước lâu ngày, đã thâm nhiễm vào cái người của anh, anh tưởng mình là đấng anh hùng cái thế kia và có những tính nết can đảm, quả quyết, tin mình.

CHƯƠNG IV: LỄ ĐỘ

Đừng tưởng lầm, lễ phép đặt ra là để làm phiền rộn đời người. Mặc dầu, nó kềm thúc hành vi chúng ta, về mặt điêu luyện. Điềm đạm, trong bước đường đầu phải cần đến nó rất nhiều.

Tín đồ của Điềm Đạm, trước hết, phải là một người lễ độ nhu nhã hết sức. Người lễ độ nhu nhã đúng mực là người khéo tự trị lấy những náo động nhất thời, những cử chỉ nóng nảy, những lời nói vụt chạc. Dẫu giận tức đến đâu, lễ độ buộc ta phải thản nhiên đừng tỏ vẻ thô tục cộc cằn. Kẻ thô lỗ, bất kỳ là trong thái độ hay lời nói, là kẻ còn sống trong thiên tính của loài vật, chưa biết tự chủ.

Người xưa sở dĩ quá chú trọng về Lễ, là vì muốn gìn giữ sự giao dịch giữa loài người, đừng phải có sự xô xát. Lễ, là để kềm chế tư dục. Đời càng văn minh chừng nào, thì Lễ càng tinh mật và đơn giản hơn chừng nấy.

Tuỳ tánh-chất của loài người, Âu hay Á đều có lối Lễ phép riêng.

Người Á Đông, về Lễ, lại nghiêm nhặt hơn Âu Tây rất nhiều. Phải nhớ: Á Đông và Âu Tây rất khác nhau về tính chất vì một đàng háo Tĩnh, một đàng háo Động. Đấy là nói chung về dân tộc. Bởi vậy, Lễ ở phương Đông, chủ về Tĩnh; Lễ ở phương Tây, chủ về Động.

Xem ngay trong cách thổ lộ chân tình: người phương Tây hành động theo tình cảm tự nhiên; người phương Đông cử chỉ trầm tĩnh dè dặt. Cha con, vợ chồng, bầu bạn xa nhau lâu ngày, gặp nhau vẫn không thấy bôn chôn rộn rực. Những cái xá dài, những lễ phép phiền phức, toàn là những cử động tự trị, không cho thổ lộ ra ngoài. Tâm tình thường chịu ẩn hơn hiện. Cái đó, không phải giả dối, không phải lạt lẽo, không phải vô tình. Ấy là tự trị vậy.

Áo quần theo Lễ của người Á Đông thường trọng quần dài áo rộng. Cái đó cũng có cái lý của nó.

Trong những cánh tay áo dài lụng thụng, quần áo thênh thang, người ta như bị nhốt trong một khuôn khổ hoạt động Cử động con người, trong bộ áo ấy, kể như bỏ rồi: Giận mà đi tới cũng khó khăn, sợ mà chạy lui cũng không tiện. Một cách diên trì để thì giờ suy nghĩ.

Lễ phép tuy đối với kẻ điềm đạm là một điều trở ngại cho tinh thần tự do: nhưng, đối với kẻ chưa điềm đạm, kẻ còn bị tình dục và ích kỷ thống trị nơi lòng, thì nó là một cương kỷ đầu tiên rất cần thiết.

Lễ phép đây, tôi muốn nói những cách nhã nhặn, điềm đạm, dùng để kềm thúc những cử chỉ náo động của tình dục như: nóng nảy, vụt chạc, vân vân.

Dầu xử vào cảnh nào trái ngược đến đâu, cũng không quên lễ độ, đó mới

thật là Lễ. Đừng hiểu lầm với những lối xã giao của bọn người xu-viêm bôn-cạnh, cốt dùng những câu thuận lòng đẹp ý nịnh hót bơm ngọt nhau. Với bọn người ấy gặp nhau, thì tha hồ là lời và lời, nói là nói. Trái lại, kẻ nào không biết qua qua lợi lợi, dài chuyện nhiều lời, kẻ ấy họ cho là kém lịch sự. Hiểu như thế, Lễ là thù địch của người điềm đạm. Những thói xã giao ấy, theo tôi, không phải là lễ độ, mà là những cử chỉ của bọn háo danh vụ lợi. Lễ của bọn "tôi đòi".

Dùng Lễ để kềm chế náo động của dục tình là một việc, mà dùng Lễ để thỏa mãn lòng tư dục lại là một việc khác, rất trái ngược nhau. Ta phải để ý phân biệt cho kỹ. Không thì, thay vì tìm đường giải thoát, ta lại sa vào nô lệ. Đó là vì mình lẫn lộn mà đảo ngược phương tiện làm cứu cánh vậy.

Người lễ độ, theo tôi, là người không bao giờ vô lễ với ai cả, mặc dầu người ta hết sức khiếm nhã với mình. Người ta thường bảo: kẻ bị nhục mà không biết thẹn và trả thù, là người nhu nhược. Cho nên lắm khi, trong lòng không bất bình mà cũng vẫn phải làm ra dáng bất bình kẻo bị phải kẻ khác khinh thị. Cho nên người ta mắng mình, mình phải mắng lại, người ta đánh mình, mình phải đánh lại, đó là người anh dũng. Ta quên rằng: kẻ mắng ta, đánh ta, là kẻ không tự chủ. Nếu ta mắng và đánh lại, ta sẽ là kẻ ngang hàng với hạng người ấy, hay sao? Đó là cái dũng của kẻ thất phu.

Người điềm đạm, ở trong trường hợp nầy, vẫn giữ gìn lễ độ, không vì người ta nhục mình, mà chịu khuất thân làm kẻ tiểu nhân như họ. Danh dự thật, ở nơi chân-giá-trị của mình, không phải ở nơi lời khen tặng của con người.

Cho nên người ta có khen hay chê, không phải vì đó mà giá trị mình tăng lên hay giảm xuống. Marc-Aurèle nói: "Cách trả thù hay nhất là đừng tự mình giống với kẻ dữ".[5] Bacon cũng nói: "Trả thù là đứng ngang hàng với kẻ nghịch, tha lỗi là đứng lên trên kẻ ấy".[6] Đó cũng là Lão Tử bảo: "Dĩ đức báo oán" vậy.

Theo phái Thiền môn (Zen), người ta thường dùng những cử động bất nhã một cách rất đột ngột, để thử lễ độ, – hay muốn nói cho đúng hơn, để thử sự điềm tĩnh của các đệ tử mới nhập môn.[7]

Đụng chạm nặng nề đến bản ngã là một cách luyện tập hoặc thử thách tinh thần điềm đạm, vì *Thiền*, nghĩa của là nó là tỉnh ngộ chớ không phải là ru ngủ. Những lối chiều chuộng thị dục của con người, như khen tặng, bưng bợ, những lối xã giao phiền phức của xã hội tạo ra, toàn là những cách *ru ngủ* tâm hồn bản chật của bản ngã.

Câu chuyện nhà võ sĩ trứ danh Tokiyori lúc mới vào xin làm đệ tử của phái Thiền môn, bị ông thầy mình bất ngờ đánh cho một bạt tai mà không

biết giận là một chứng cứ của điều tôi đã nói trên. Tokiyori, một tay đánh kiếm có danh, sức mạnh ít người địch nổi, thế mà hở cơ bị đánh một bạt tai, vẫn thản nhiên không biết giận, thật lòng tự chủ của ông đã đến bực! Ông tự thú: "Trước kia tôi vẫn tưởng tôi là người đại dũng lúc mà trong tay cầm mấy vạn tinh binh đánh nam dẹp bắc; trước kia tôi không có một người nào dám cản đường. Thế mà khi phải bị đánh một bạt tai, tôi trấn tĩnh được ngay, quả tim tôi không đập mạnh, lòng tôi yên lặng như không có việc gì, bấy giờ, tôi mới cảm thấy cái khí độ hùng dũng trước kia, sánh với bây giờ, rất còn nhu nhược, hèn thấp đến bực nào. Tự chủ được cái lòng tự tôn tự đại của mình mới là đại dũng đó".

Đó là chỗ Lão Tử bảo: "Thắng nhơn giả hữu lực; tự thắng giả cường."[8]

CHƯƠNG V: ẢNH HƯỞNG CỦA HOÀN CẢNH

A. Ảnh hưởng của hoàn cảnh

BẢN TÁNH loài người, ham bắt chước cái chi mình tôn kính. Những điều ta mục kích chung quanh ta là những tấm gương khuyến lệ, kích thích lòng hâm mộ, phấn khởi của ta. Khi còn nhớ, đi xem hát, thấy Quan Công đánh cờ, Hoa Đà múc tên tôi hết sức cảm phục cái thái độ điềm tĩnh của Quan Công, đến lập nguyện trong tâm, về sau không chịu rên khóc khi phải bị vấp ngã hay thương tổn Lớn lên, chung quanh tôi, trong phòng văn, thường hay treo những hình ảnh các bực anh hùng, dũng sĩ, những kẻ biết xem thường những náo động vô ích, những tình cảm nhỏ nhen của bản ngã. Về sau, chỉ giữ bên bàn viết một đầu hình Phật Thích Ca, đầu hình bằng đá, nét mặt trầm tĩnh không một nét gì tỏ ra cho ta thấy có mảy may thất tình. Mỗi khi, trong lòng tôi thấy muốn chao động, cặp mắt liền day bên gương mặt trầm tĩnh kia, như nhắc nhở, như khuyến lệ, bỗng dưng, trong lòng thấy phẳng lặng, nhẹ nhàng.

Tạo cho mình một hoàn cảnh, một không khí đầy sức mạnh thiêng liêng, giúp cho mình rất nhiều, trong bước đường đầu tiên trên con đường siêu thoát. Bởi vậy, hãy tránh xa những bạn tác, những kẻ nhút nhát, rụt rè, những kẻ háo thắng, nóng nảy, hay nói khoe khoang; trái lại, tìm mà làm bạn hay gần gụi với những kẻ điềm đạm, quả quyết, cử chỉ thuần hậu, ôn hoà. Lâu ngày, gần mực đen, gần đèn sáng. Nhứt định xa lánh những bạn tác có tính vụt chạc, lẳng lơ, náo động nhất thời, lao-chao liến-khỉ. Nếu hoàn cảnh bắt buộc phải sống chung, hay gần gũi với bọn người ấy, thì hãy xem họ như cái gương xấu phải giữ mình.

B. Tiết điệu điều hòa

Trong xã hội văn minh nầy, người ta thường gọi "thời giờ là tiền bạc", đó là một trong nhiều nguyên nhân làm cho mất cả sự điềm tĩnh.

Khéo tiên liệu một cách châu-đáo những công việc làm hằng ngày của ta, định cho mỗi công việc một thời giờ riêng và thi hành theo đó một cách quả quyết không sai chạy, ấy là những cử chỉ đầu tiên ta phải lo nghĩ hơn hết, nếu ta muốn sống trong một tiết điệu điều hoà.

Được vậy, ta trừ được ba nguyên nhân của sự náo động vô ích:

1. Trễ nải, làm cho ta phải hấp tấp, hối hả, vụt chạc.
2. Quên, làm cho ta hối hận, bứt rứt.
3. Áy náy vì phải bận nghĩ về những điều sẽ làm sau nầy

Khéo tổ chức thời giờ làm việc như thế, đem lại rất nhiều cái hay cho sự điềm tĩnh của ta. Thật vậy, kẻ náo động nhất thời rất ghét sự kềm thúc ấy. Họ tưởng vậy là bị nô lệ trong thời giờ. Trái lại, làm thế là mình làm chủ lấy nó vì mình không để nó bắt chẹt mình được chút nào cả; mình không vì nó mà phải bị hối hả, mất cả sự điềm tĩnh trong cử chỉ, trong tư tưởng Khéo tổ chức thời giờ, giúp ta làm việc được thư thả, có tiết điệu, có qui tắc, không phải có sự nhọc nhằn.

Không phải bảo ta làm một cái biểu dùng thời giờ làm việc trong một năm hay một tháng. Nếu vì công việc của mình bắt buộc mà không thể nhứt định trước được trong một tuần, thì cũng ít ra, phải làm một cái biểu cho mỗi ngày. Trước khi đi ngủ, hoặc sáng sớm, lúc mới thức dậy, phải tiên liệu cho một chương trình làm việc trong ngày Làm như thế không phải là công việc dễ dàng gì, bởi nó sẽ gặp rất nhiều trở ngại đủ mọi phương diện, trong và ngoài: tâm tính lười biếng, cẩu thả của mình là một, sự quyến rủ cầu cạnh của kẻ khác quấy rối mình là hai Bởi vậy, ta phải thận trọng nhắc nhở lấy mình và đem hết ý chí mà thừa hành chương trình của mình đã lập sẵn đó. Hãy tự nhủ luôn luôn: "Tôi muốn sống theo sự quyết định của tôi, không chịu làm nô lệ cho một ý muốn nào khác ngoài tôi cả".

Bạn hãy thí nghiệm trong một tháng, sẽ thấy đời bạn có tiết điệu điều hoà, tâm tánh bạn có chiều thư thả hơn xưa rất nhiều vậy.

CHƯƠNG VI: PHÒNG SỰ BẤT NGỜ

NGƯỜI xưa nói:

"Khéo giữ gìn lời nói, như người ta 'chăn tù' vậy". Phải, lời nói của ta, là những tên tôi mọi, phải "cấm cố" nó cho kỹ càng. Thả nó ra, phải coi chừng: nó sẽ trở hại mình, không phương tránh đỡ. Tại nó mà kẻ nghịch của ta biết đặng cơ mật của lòng ta, biết được nhược điểm của bản tánh ta và nhân đó, bắt ta làm tôi làm tôi mọi cho họ. Nếu biết đặng chỗ yếu của người khác rồi, thì làm chủ lấy họ một cách rất dễ dàng.

Bởi vậy, đừng tưởng lầm: điềm tĩnh là một đức tánh để xử với việc lớn. Bất kỳ là một hành động nhỏ mọn nào trong đời mình, như lời nói vô tình, thốt ra trong khi mừng, giận, thương, vui cũng phải kiểm soát kỹ lưỡng, đừng để nó làm cho mình mất sự điềm tĩnh đi. Điềm tĩnh trong từng mảnh mún việc nhỏ rất khó, khó hơn là trong lúc mình xử sự với việc lớn.

Yoritomo Tashi có thuật một câu chuyện ngộ nghĩnh như vầy:

"Lao, một tên đệ tử rất nhiệt tâm đeo đuổi theo con đường tận thiện của Điềm đạm, nhưng chưa vượt qua khỏi giai đoạn háo thắng, nóng nảy. Một buổi kia đến tìm tôi: "Sư phụ, con đã nghe theo lời giáo huấn của Sư phụ và hằng ngày luyện tập. Nay con có thể tự hào là đã thành thục rồi. Con làm chủ lấy con rồi. Con hôm nay đến đây, bái yết Sư phụ, là để cho Sư phụ thấy rõ nơi con cái kết quả ấy".

- Nầy con, con hãy coi chừng, đừng vội vàng mà sa vào cái tật háo thắng tự phụ. Con nên biết rằng: Điềm đạm là cái hạnh tối cao, siêu thoát. Muốn được nó, con người phải biết đứng trên hết mọi trở lực, bất kỳ một trở lực nào hết sức lớn lao hay hết sức nhỏ nhặt.

- Thưa Sư phụ, con đã biết lẽ ấy rồi. Con bây giờ, sẵn lòng chờ đợi Sư phụ thử con, bất kỳ là bằng cách nào.

- Con chắc chắn như vậy? Con chắc con sẽ thắng tất cả mọi cảm xúc, không chút nao lòng phải chăng?

- Con chắc như vậy, và con chắc chắn rằng: bầu trời thăm thẳm kia đổ nát trên đầu con, cũng không làm cho lòng con nao núng nữa.

- Được! Vậy con hãy lại ngồi trên chiếu kia, và cứ lẳng lặng làm thinh mà đợi thầy thử con. Thầy sẽ xem coi con có thể chịu nổi một cuộc thí nghiệm ghê gớm nầy không!

Tôi bèn kêu Châu Ly vào và dặn nhỏ nó vài lời, làm cho nó tỏ vẻ kinh khủng. Sau đó tôi nói lớn lên:

- Thôi con hãy lại ngồi gần bên sư huynh con. Sẵn cơ hội con sẽ học thêm

một bài học khác.

Lao, là con nhà giàu sang, quyền quý. Nó mặc một bộ đồ rất quý giá, tay áo dài, thêu kim tuyến. Ngồi xếp bằng trên chiếu, những tà áo trải trên mặt chiếu rất đẹp.

Châu Ly, vâng lệnh tôi, đi ngay lại bên mình Lao, rồi làm bộ như vô ý, đạp đôi giày dơ lên trên tay áo dài của Lao, và ngồi phịch lên đó. Nhưng Lao, không đợi cho nó có kịp thời giờ ngồi lên trên, đã vội vàng đẩy mạnh anh ấy nhào hớt ra ngoài xa và nói: "Thằng vô ý thế nào!" Gương mặt Lao đã lộ vẻ giận dữ.

Tôi bèn giơ tay lên bảo: "Thôi, không cần phải thí nghiệm thêm nữa. Con đã hai lần phạm lỗi: *thứ nhứt*, con đã bị hoàn cảnh trái nghịch buộc con phải thốt ra lời; *thứ nhì*, con bị sự nóng giận lôi cuốn con và làm chủ lấy con.

Đấy là hai cái lỗi trọng nhất đối với một tín đồ của Điềm Đạm. Nhưng cũng còn một cái lỗi *thứ ba* nầy, mà con không khéo tránh: con để cho người ta, xuất kỳ bất ý làm chao động lòng con. Con không biết phòng sự bất ngờ.

Thầy biết dư: nếu có đao phủ thủ bước vô, hăm he con bằng ngọn gươm sắc lẻm của nó, cũng không làm mất đặng sự bình tĩnh của con. Nghe báo cáo một cái tin rất dữ, hoặc nghe trời đất sắp tan vỡ như tro bụi, chưa ắt đã làm cho con nao núng. Khi thầy nói với con chờ đợi một cuộc thí nghiệm ghê gớm, là thầy dụng ý làm cho tâm trí con tưởng tượng trước sẽ gặp những cuộc chấn động to tát như thế. Nhưng con đâu có dè, lại bị phải một sự cỏn con đáng buồn cười như thế kia, nó đánh úp làm cho mất cả công phu điềm tĩnh của con đi. Từ đây con nên nhớ kỹ bài học nầy".

Điềm tĩnh, không phải chỉ để đối phó với những việc lớn trong đời mà thôi. Trong những việc rất nhỏ, từ cử chỉ, từ dáng điệu, từ nét mặt cũng phải kiểm soát kềm chế. Trong những trường hợp to tát, ta thường dễ gìn giữ cử chỉ điềm tĩnh hơn là trong những câu chuyện "vô cố" hằng ngày.

Luận về những người đại dũng, Tô Đông Pha nói: "Bực đại dũng thình lình gặp những việc phi thường cũng không kinh; vô cố bị những điều ngang trái cũng không giận" (*thốt nhiên lâm chi nhi bất kinh; vô cố gia chi nhi bất nộ*). Trái lại, "kẻ thất phu bị nhục, thì tay tuốt gươm đứng dậy, vươn mình xốc đánh" (*thất phu kiến nhục, bạt kiếm nhi khởi, đỉnh thân nhi đấu*). Cái đó, chưa đủ gọi là "dũng"!

Hai chữ "*thốt nhiên*" và "*vô cố*" là hai chữ thần, những tín đồ của Điềm Đạm cần phải tụng niệm hằng giờ hằng phút mới đặng.

Đọc sử thời Chiến Quốc ai là người không biết Yếu Ly và Khánh Kỵ?

Yếu Ly cảm cái nghĩa của Hạp Lư nên hứa giúp cho để lừa giết Khánh Kỵ Một hôm Khánh Kỵ ngồi ở mũi thuyền chỉ huy binh sĩ, thì Yếu Ly, đứng sau lưng cầm kích mà hầu, thừa lúc thuận chiều, đâm suốt qua bụng Khánh Kỵ, Khánh Kỵ sức khoẻ như voi, liền trở tay vói bắt Yêu Ly, xách ngược lên dìm đầu xuống nước 3 lần Nhưng rồi, lại ẵm lên để trong lòng, cúi nhìn, cười và bảo: "Thiên hạ lại còn có kẻ dũng sĩ nầy có gan đâm ta chớ!"

Các tướng sĩ toan đâm chết Yếu Ly, nhưng Khánh Kỵ gạt đi, bảo: "Người nầy là một bực dũng sĩ. Trong một ngày, chớ nên để chết 2 người dũng sĩ của thiên hạ. Các ngươi nên tha hắn cho hắn về Ngô để tỏ lòng trung".

Khánh Kỵ tha Yếu Ly rồi rút ngọn giáo trong bụng ra mà chết.

Người ta bảo Yếu Ly là dũng sĩ nhưng đây là một sự sắp đặt trước rồi, chỉ có trầm tĩnh mà thi hành thôi. Đâu có thể bì với cái dũng của Khánh Kỵ *thốt nhiên* bị người ta đâm chết một cách tàn nhẫn, mà dằn được cái lòng phục thù của mình để tha thứ được cái kẻ đã xúc phạm đến sanh mạng mình Thay vì nghiền nát kẻ giết mình kia cho hả giận, Khánh Kỵ điềm tĩnh, nhận thấy mình chết đây không phải tại Yếu Ly mà là tại mình thất trí. Dìm đầu Yếu Ly 3 lần xuống nước, làm cho ta thấy Khánh Kỵ đã phải bị một cơn tranh chấp mãnh liệt nơi lòng Sau cùng, Khánh Kỵ đã thắng được cái lòng tự ái của mình cả cái thiên tính tự vệ của mình nữa. Thật đúng với câu: "*Thắng nhơn giả hữu lực, tự thắng giả cường*". Sức điềm tĩnh của Khánh Kỵ ở trên mấy từng mây đối với cái điềm tĩnh của Yếu Ly. Thảo nào Yếu Ly không còn mặt mũi nào sống sót

Cử chỉ ấy có thua gì cử chỉ điềm tĩnh và đầy nhân đạo của Jésus khi bị quân lính đâm vói bên hông, lúc gần trút linh hồn lại còn cầu nguyện: "Xin Cha hãy tha tội cho chúng nó. Chúng nó không hiểu cái việc của chúng nó làm".

Tôi nói không thua Jésus, vì Jésus là nhà đạo hạnh hoàn toàn, còn Khánh Kỵ là một tay tướng giặc: sự điềm tĩnh và lòng tha thứ ấy là một sự "thường" đối với những bực đức độ viên dung, mà là một sự "bất thường" đối với những nhà thượng võ hiếu thắng.

PHẦN THỨ HAI

CHƯƠNG I: TINH THẦN ĐỘC LẬP

Trở lên, là bàn về công phu luyện tập bên ngoài, từ đây sẽ nói về công phu luyện tập bên trong, khó khăn hơn, nhưng hiệu nghiệm hơn.

Trước hết, cần phải tìm những nguyên nhân vì đâu ta có tính hay sợ, nghĩa là, không có đặng một tinh thần điềm đạm?

Nguyên nhân của tính hay sợ tuy nhiều, nhưng nếu phải nói ra cho tột lẽ, thì chỉ có một tiếng nói là cùng: Bản Ngã.

Bản Ngã, là một tiếng nói hết sức trừu tượng. Muốn rõ cái thực trạng nó, ta cần phải chú ý đến những hiện tượng của nó như thế nào, mới trông trừ khử nó một cách ráo riết. Đi ngay vào nguyên nhân duy nhất nó, để khám phá, để tiêu diệt nó, đó là một công việc hết sức khó khăn, hết sức mạo hiểm, cần phải có một tinh thần quả cảm hơn người, một sự hiểu biết thâm sâu, và rộng rãi hơn người; nghĩa là nếu không phải là người có thiên tư tót chúng, ý chí phi phàm, tưởng cũng khó lòng mà đi tới nơi tới chốn đặng. Phần này, tôi đã dành riêng trong quyển sách sau nầy: "Giải thoát Tinh Hoa Luận". Ở đây, tôi chỉ bàn về phần thiển cận, thông thường, bất kỳ là ai, miễn có chí cũng đi tới được, mặc dầu chưa được hoàn toàn siêu thoát.

Sợ, có nhiều đẳng cấp, có nhiều phương diện.

Xin bàn đến phần hạ đẳng của nó trước hết: Sợ dư luận.

Hiện tượng nầy có nhiều cái trớ trêu. Tuy thuộc về phần hạ đẳng, nhưng đừng tưởng nó tầm thường. Lắm kẻ anh hùng oanh liệt, thường vào chốn tên bay đạn lạc như chơi, thế mà nếu phải nói chuyện với một người đàn bà, họ thấy trong lòng hồi hộp, lo sợ

Họ mất cả sự điềm tĩnh.

Nếu phải đem những bực vĩ nhân trong lịch sử ra mà kể thì phải cả một quyển sách cũng chưa đủ Sợ dư luận, là một tâm bệnh hết sức nguy hiểm cho sự phát triển nhân cách của con người.

Pascal nói: "Dư luận, là chúa tể của thế gian". Nó là một sức mạnh phi thường, từ bực trên hết thiên hạ đến hạng cùng dân mạt rệp trong đời, đều bị ở dưới quyền chỉ huy của nó.

Muốn khen, sợ chê, đó là sinh mạng thứ hai của con người. Lắm kẻ thà chết hơn sống mà bị dư luận chê bai. Thật, trong đời, nếu giải thoát đặng cái

nô lệ ấy, là đã đi đặng gần phân nửa con đường giải thoát rồi vậy.

Dư luận, rất có ích cho những kẻ còn phải cần một kềm chế, một xiềng xích để sống đừng sa ngã trụy lạc, đừng làm hại đến xã hội chung quanh. Nhưng nô lệ nó, đến mất cả tinh thần sáng tạo, tê liệt cả lòng tự tín, tự trọng, thì nó là quân thù số một, phải lo trừ khử một cách khẩn cấp mới được. Quá sợ dư luận bên ngoài, sao ta không quá sợ dư luận bên trong? Ai biết ta bằng ta? Ai hiểu ta bằng ta? Người quân tử sợ mình hơn sợ người; sợ dư luận của mình hơn sợ dư luận của người.

Nếu tự mình có điều đáng khinh, thì thiên hạ dẫu có tôn sùng bấy nhiêu, cũng vẫn tự xem là xấu hổ. Tự mình biết có điều đáng khen, mà thiên hạ có ruồng bỏ, khinh miệt thế nào, cũng vẫn tự xem là quí trọng.

Kẻ sống, mà đi hạ mình ăn mày ăn xin từ miếng dư luận của bọn người không biết mình, đều là những kẻ tôi tớ người ta, không đáng kể vào hàng tín đồ của Điềm Đạm.

Kẻ nô lệ lấy dư luận, đi đâu cũng khép nép lo sợ, ở đâu cũng nhút nhát rụt rè

Người biết tự trọng, không bao giờ chịu đem tâm hồn mình mà phó thác cho kẻ qua đường. Chỉ có những kẻ, tự mình thấy có nhiều thiếu thốn bên trong, mới tìm cách phô trương, ra dáng khoe để “bù” những nghèo nàn của tâm hồn mình.

Cũng như kẻ hèn nhát, thường hay làm dáng điệu kẻ anh hùng. “Xấu hay làm tốt, dốt hay nói chữ”. Họ làm ra vẻ người thông thái, ra điệu kẻ có tiền để cho chung quanh hiểu lầm mà tôn kính họ. Họ tìm sự tôn trọng là vì họ sợ bị khinh khi. Theo Tâm lý học, người ta gọi là những người bị “tự ty mặc cảm” (complexe d’infériorité).

Kẻ thật thông thái, thường có tính khiêm tốn, làm như kẻ ngu khờ. Đời càng không biết đến họ chừng nào, lại là một cơ hội họ thấy mình sung sướng. Của quí mà thiên hạ đều biết là quí, là đã mất cái quí của nó rồi.

Kẻ háo danh, trọng dư luận, là kẻ rất sợ phê bình. Họ tự cho có một cái giá quá cao đối với chung quanh. Họ tưởng rằng, bất kỳ là chỗ nào họ đi qua, thiên hạ đều chăm chú vào họ, để quan sát, tìm tòi những cái hay cái dở của họ. Bất kỳ là ở đâu, họ vẫn tưởng mình là trung tâm điểm của xã hội. Mảng lo sợ những dư luận như thế, nên họ mất cả tự do tư tưởng và hành động.

Muốn giải thoát tính nô lệ dư luận, phải làm thế nào?

Phải tạo cho mình một tinh thần độc lập.

Kẻ nào có một tinh thần độc lập, không chuộng hư danh, là kẻ đứng trên thiên hạ rồi vậy. Tư tưởng, ý kiến, quyết đoán của họ bất kỳ thuộc về

phương diện nào, cũng đều do nơi họ trước hết, còn dư luận của thiên hạ, họ luôn luôn để ra sau.

Họ có hoài bão một điều gì, thì nhứt định họ để yên lặng trong tâm hồn, không đem ra mà bàn bạc với ai cả, ngoài những kẻ sẽ cùng họ cộng tác. Họ không cần phải có người khuyến khích khen ngợi mới làm: sự xét đoán của họ đủ rồi. Phải giải thoát những ảnh hưởng của chung quanh mình trước hết mới có thể mong giữ được tấm lòng thản nhiên trầm tĩnh, đối với sự khinh khi chế nhạo

Nói thế đâu phải bảo ta phải tự tôn tự đại, đừng thèm đếm xỉa gì đến lời khuyên nhủ của kẻ khác, giàu trí thức hơn, giàu kinh nghiệm hơn.

Không! Nói thế là bảo ta nên để ý đến nó nhưng không nên nô lệ nó. Nhân ý kiến của người mà suy cứu cân nhắc lợi hại, rồi tự mình nhứt định lấy, không nên để ai ảnh hưởng được mình. Phải tập có tánh ham trách nhiệm. Đừng để cho ai suy nghĩ thế cho mình cả. Nếu đã suy nghĩ chín chắn, cân nhắc phải quấy, lợi hại rõ ràng rồi, thì dẫu có ai bảo ta: "Làm thế không khéo để trò cười", hãy thản nhiên đáp: "Cái đó cũng không quan hệ gì, miễn là tự tôi, tôi không cho đó là đáng cười thì thôi".

Đừng bắt chước kẻ khác, cũng đừng sợ thua sút kẻ khác. "Đừng ép tài mình". Sénèque bảo với con: "Tại sao con xấu hổ vì diễn thuyết không được hay như kẻ khác?". Người ta ở đời sở dĩ có tánh rụt rè nhút nhát, là tại ngờ mình và ham bắt chước kẻ khác. Mỗi vật trong đời đều có cái sở năng không ai giống ai, mà cũng không ai bắt chước ai được. Trang Tử nói: "Không ai kéo cẳng vịt cho dài, thúc giò hạc cho ngắn được".

Bất bình đẳng là một luật tự nhiên, nhưng giá trị của mỗi vật nếu hoàn toàn cũng đồng như nhau. Lấy theo sinh lý thì con người có thể chia ra làm bốn hạng, do hình thể mà phân loại: hạng não chất, hạng tỳ chất, hạng cân chất và hạng phế chất. Hạng não chất mà bắt chước theo hạng phế chất hay cân chất, làm việc xốc vác nặng nề, dầm sương chải gió, thì sẽ không nên trò trống gì, lại còn thêm bệnh là khác. Còn hạng cân chất mà bắt làm việc trong phòng văn, thiếu hoạt động, thiếu không khí ắt phải bị lao và không nên thân gì cả. Nhưng, không phải vì thế mà hạng nầy cao trọng hơn hạng kia. Nếu hạng nào biết lợi dụng cho đúng cách, những tài năng của mình, hạng ấy là hạng sẽ trở nên hoàn toàn, rất có ích cho toàn thể nhân loại. Vậy, không giống hoặc không làm được như kẻ khác, đâu phải là nhục. Vọng tưởng như vầy là tài, như kia là quý, mà quên mất địa vị trọng yếu của mình trong guồng máy xã hội, đó là nguyên nhân sanh ra cái tánh ham bắt chước kẻ khác, trọng người mà khinh mình. Phải dám "mình là mình" – đó là một cách để gìn giữ sự độc lập của tinh thần vậy.[9]

Cái cảnh "độc lập về tinh thần" ấy, không phải dễ làm. Nhưng nếu trì chí

kiên tâm, không sớm thì muộn, trong năm ba tháng, bạn sẽ thấy tinh thần mình vững vàng mạnh mẽ hơn xưa nhiều.

Không hề gì! Có dại mới có khôn, có hư mới có nên; bất kỳ là việc gì, đừng nhút nhát rụt rè, phải có đủ can đảm mà làm theo ý mình. Ta cũng không cần phải bàn cãi với ai làm chi cho nhọc, cứ ừ ừ hữ hữ rồi thì, việc mình tính mình làm, đừng làm mích lòng ai bằng sự cãi cọ vô ích.

Bất kỳ là đứng trước mặt một người nào mà mình biết là tay lỗi lạc nhứt, cũng đừng sợ dư luận của họ, vì họ là họ, mà mình là mình.

Không cần phải đợi gặp những trường hợp ấy mới tập đối đầu để gìn giữ thái độ độc lập của mình. Lúc nhàn rỗi, hãy sống bằng tưởng tượng ấy đi. Hãy tưởng tượng mình có một cử chỉ đàng hoàng, thản nhiên tiếp chuyện với bất cứ là hạng người nào, vô ra các công sở lớn, như vô ra chỗ quán nước trong xó làng Lâu ngày, việc ấy nó thấm thía vào tiềm thức: sau nầy nếu gặp những cảnh ngộ như thế, ta sẽ tự nhiên cư xử như khi sống trong tưởng tượng trước kia, không miễn cưỡng, ngượng ngùng gì nữa cả.

Tóm lại, muốn giữ được thái độ độc lập điềm tĩnh, trước hết phải quyết tâm ham muốn nó.

Kế đó, phải khéo gìn giữ lời nói. Nhứt định đừng để cho ai lôi cuốn, bó buộc mình phải nói. Im lặng tập cho mình cương quyết và trầm tĩnh. Thử gìn giữ sự im lặng trong một thời gian ngăn ngắn, một tuần lễ hay mười lăm ngày, ta sẽ thấy rõ, tinh thần ta trở nên cương nghị hơn nhiều.

Sự im lặng, tự mình hạn định cho mình, rất dễ mà tuân theo, nếu ta ở một mình nơi chốn quạnh hiu cô tịch. Cái đó không hay. Sống giữa xã hội, nhứt là sống giữa những người thân yêu mà kiểm soát được ngôn hạnh, ấy mới tài. Ở chung với những người thân yêu hằng ngày thường xui ta hay tỏ ý kiến, tư tưởng cùng những kế hoạch của ta, hoặc phê bình nhân sự, những câu chuyện vụn vặt chung quanh của mắt thấy tai nghe, hoặc thố lộ can tràng, giãi bày tâm sự Có một sức mạnh vô hình, nó quyến rủ, nó xô đẩy ta đi vào con đường nghiêm cấm ấy. Đừng để cho mình phải bị nó lôi cuốn. Hãy lẳng lặng làm thinh, đó là ta đã đi được một bước rất dài trên con đường "độc lập của tinh thần".

Nhưng về lối xã giao ở đời, làm vậy, có kẻ cho là khó coi. Muốn người ta đừng ác cảm, hiểu lầm mình, hãy dùng cái mẹo sau nầy, thì ổn thoả: Trong câu chuyện, lập thế gợi cho kẻ khác nói chuyện họ cho ta nghe.

Thỉnh thoảng, điểm cho một vài câu phê bình để tán đồng, khích lệ một cách khôn khéo là đủ. Bỏ câu chuyện của mình đi. Tìm những cái chi quan hệ đến người, để bắt họ bày tỏ ý kiến họ, và giải quyết vấn đề riêng của họ. Làm thế, ta có nhiều cái lợi:

1. Gìn giữ thái độ trầm tĩnh của mình;
2. Không để người ta bắt buộc phải nói chuyện, để giữ cái độc lập về tinh thần của mình;
3. Được người ta vui lòng nhiều, vì họ có được một người bạn biết chiều họ, nghĩa là một người bạn biết thích nghe họ khoe khoang mà không biết mỏi

Ảnh hưởng của thiên hạ đối với mình một ngày sẽ một giảm nếu mình khéo giữ gìn cái quy luật ấy: làm thinh. Không phải một cách tuyệt đối. Phải biết tuỳ cơ ứng biến mới đặng.

Trong một thời gian không lâu, các bạn sẽ thấy tinh thần mình vững vàng, không lay chuyển, không động cảm, không bị lôi cuốn theo ai cả.

Gặp phải việc, nên có can đảm từ chối bằng một tiếng nói thôi. Không cần phải cắt nghĩa vì lẽ gì mình từ chối. Cũng đừng nói một cách cộc lốc đột ngột. Phải từ chối một cách vui vẻ, nhã nhặn để khỏi phải làm đau đớn kẻ khác vô ích.

Sự chế nhạo hay hùm hổ của kẻ khác, cũng không làm cho tâm hồn mình lay động nổi.

Tóm lại, sự điềm đạm, trí sáng suốt và tinh thần tư tưởng của mình hết còn bị dưới quyền chỉ huy của hoàn cảnh và xã hội chung quanh nữa. Ấy, mình đã đạt được sự "độc lập của tinh thần" rồi vậy.

Muốn cho tinh thần được độc lập một cách vững vàng hơn, phải tập quyết định lấy những hành động của mình, bất kỳ là việc nhỏ hay việc lớn. Thường, hễ sự hoạt động về trí não kém, con người hay có cái tánh buông trôi ý chí mình cho kẻ khác, tha hồ ai muốn lôi cuốn về phương hướng nào cũng mặc, hơn là suy nghĩ, phán đoán và quyết định theo mình. Họ lựa chọn những tư tưởng nào mà phần đông công nhận, hay là phải tự mình biện biệt, nghĩ ngợi.

Hãy xem chung quanh ta thì rõ: phần đông con người, nếu gặp phải cảnh khó khăn, hay đem việc mình mà bàn bạc với kẻ khác. Chủ ý họ là được người khác khuyên bảo, và giúp cho sự quyết đoán hay quyết đoán hộ cho. Nếu các bạn muốn giữ độc lập cho tinh thần, thì phải xa lánh cái cử chỉ bạc nhược ấy đi. Thay vì tìm những ý tưởng ấy chung quanh bạn, bạn hãy tìm nó nơi bạn trước hết. Muốn vậy phải kiếm nơi yên lặng để trầm tư mặc tưởng, để quan sát những vấn đề ấy đủ mọi phương diện Nếu bạn thấy sự hiểu biết của bạn còn thiếu sót, và bạn cần phải nghiên cứu cho tinh tường, chừng đó bạn sẽ tìm đến kẻ khác, giàu kinh nghiệm, giàu học hỏi hơn để thỉnh giáo. Nhưng, bạn đừng có đem công việc của bạn mà nói ra, hãy khéo cật vấn bằng một vài câu hỏi cần thiết về vấn đề bạn muốn biết là đủ. Bạn đã tránh

cho bạn sự tản mác tinh thần, mà bạn cũng tránh cho người ân nhân của bạn một sự phung phí vô ích về khí lực.

Trừ ra những kẻ buông lỏng số phận mình cho vận mạng, cho hoàn cảnh hên xui, mỗi một người của chúng ta, cần phải hữu tâm lấy cái mục đích nhất định của đời mình, những điều mình phải làm để đi đến mục đích ấy. Vậy, phải học, phải quan sát lấy mình, để hiểu mình, để biết trình độ trí thức và những sở năng vừa với thể chất của mình như thế nào Nhờ đó, mới quyết định đặng hành động của mình ra sao, và, chỉ có một mình mình biết rõ mình hơn ai hết cả. Đừng đợi kẻ khác khám phá việc ấy thế cho ta. Ở đời, ta chớ vô tâm thái quá như thế. Kẻ khác dầu học lực uyên thâm đến bực nào, cũng không làm sao hiểu mình bằng mình đặng. Bất quá, là họ biết được đại khái là cùng.

Vậy, đừng cậy đến ai, đừng ỷ lại vào ai cả.

Một khi đã quan sát kỹ lưỡng rồi, thì hãy có đủ can đảm nhứt định rạch một con đường hạp với tôn chỉ và lý tưởng của mình. Cứ theo đó mà đi, đừng đếm xỉa gì đến lời dị nghị chung quanh nữa.

Cũng có thể bạn đi lầm đường mà hỏng việc; nhưng không quan hệ gì, phải có gan "sống một cách nguy hiểm". Thất bại là mẹ của thành công; nó là những giai đoạn của một cuộc thành công rực rỡ sau nầy.

Những kẻ, sớm đã tập bay nhảy một mình, hẳn là kẻ không có tánh rụt rè nhút nhát. Ảnh hưởng kẻ khác có động tới họ được không? Hẳn là không? Những kẻ ấy, bước đi của họ trên đường đời không bao giờ bỡ ngỡ, dụ dự chút nào cả. Họ là những kẻ đầy can đảm, nhìn thẳng và sự thật, nhìn thẳng vào bất kỳ là gương mặt của ai, không một chút rụt rè gì cả. Ta hãy bắt chước họ. Ai nói gì, ai khuyên gì thì cũng nên chú ý đến, nhưng đến khi quyết định, thì hãy quyết định theo mình.

CHƯƠNG II: TRÁCH NHIỆM

NÓI đến "tinh thần độc lập", cần phải tiến thêm một bước nữa để bàn rộng và sâu đến cái nguyên nhân vì đâu con người hiện thời rất thiếu nhiều về tư cách ấy.

Nguyên nhân ấy, chính là tinh thần *vô trách nhiệm*.

Bất kỳ là làm việc gì, hễ có thất bại thì đổ thừa cho không biết bao nhiêu là nguyên nhân khác ngoài mình, trừ mình. Tại xã hội, tại hoàn cảnh, tại mạng số, tại vận thời toàn là tại ngoại giới làm cho mình hư hỏng cả

Tinh thần nhu nhược ấy, Epictète bàn đến nguyên nhân nó bằng một ví dụ rất rõ ràng và đơn giản này: "Vì đâu ta có những cách phán đoán sai lầm? Phải chăng là tại cách dạy dỗ của ta lúc nhỏ. Đi, mà rủi phải vấp lấy cục đá, thời vú hay mẹ, thay vì rầy ta, lại đi rầy rà với cục đá, mắng nó, đập nó, để cho ta vui lòng hả dạ. Trời ôi! Cục đá nó tội tình gì? Nó có độ trước rằng ta sẽ đụng nó để mà tránh qua chỗ khác chăng? Đến khi lớn lên, đi tắm về, mà cơm dọn chưa xong, ta nóng giận la lối om sòm. Thay vì dạy cho ta thấy sự lầm lạc và vô nghĩa lý của cử chỉ ta, thì thầy me ta lại đi rầy chị ở hay anh bếp Đến khi ta thành nhân rồi, ta ở đời, hằng ngày trước mặt ta vẫn xảy ra toàn là những cảnh ngộ như thế. Khi ấy ta cũng vẫn đối đãi với nó như lúc ta còn thơ ấu. Than ôi! Đời sống của ta chỉ mãi là đời sống của một đứa con nít mà thôi sao?"

Bà Maria Montessori nói: "Đứa trẻ không tập hành động lấy một mình, không tập chỉ huy lấy hành vi của mình, không tập cai quản lấy ý chí của mình, khi lớn lên sẽ là một kẻ dễ bị dụ dỗ, sai khiến, và luôn luôn có tánh ỷ lại vào kẻ khác. Đứa học trò thường bị rầy la quở mắng sẽ sanh lòng chán nản, không tin mình và hay sợ sệt nhút nhát. Lớn lên sẽ là kẻ có tính phục tùng và hay rủn chí, thiếu cả nghị lực tinh thần.

"Sự phục tùng mà ta bắt buộc con cái ta phải theo – sự phục tùng tuyệt đối, vô lý và bất công, – đó là cách điêu luyện chúng nó sau nầy trở nên người vô tâm dễ bị nhồi sọ, dễ bị lôi cuốn theo những sức mạnh đui mù của xã hội.

"Trừng phạt bằng cách đem đứa có tội làm bia quở trách cho phần đông thật không khác nào cái khổ hình "đóng nọc" (supplice au pilori), cái đó làm cho đứa trẻ sợ điên lên, đến không còn nghị lực suy nghĩ phán đoán gì nữa cả đối với dư luận chung quanh dẫu rằng dư luận ấy có bất công lầm lạc thế nào cũng mặc. Cái đó, nó làm hèn con người đi, đến mất cả lòng tự tin tự trọng. Sau này chúng sẽ là bọn người có tính quá sùng bái đui mù đối với những tay dẫn đạo, bất kỳ là họ thuộc về đảng phái nào…"

Tinh thần vô trách nhiệm, như ta thấy, do cách giáo dục sai lầm gây nên đã ăn sâu vào tâm khảm của mỗi một người của chúng ta, nên chi, không trách nào ngày nay hạng người điềm đạm rất ít thấy.

Kẻ bao giờ cũng ỷ lại vào kẻ khác để định đoạt cuộc đời cho mình, bất cứ hành động hay tư tưởng nào, cũng tùng phục, mô phỏng theo kẻ khác, kẻ ấy không bao giờ làm tín đồ của Điềm Đạm được.

Họ trốn tránh trách nhiệm: bất kỳ là việc gì, sự gì, họ là kẻ theo sau kẻ khác. Luân lý, tôn giáo, học thuyết đã tư tưởng thế cho họ rồi, họ chỉ có tuân theo và làm theo như bộ máy. Ở nhà thì có cha mẹ, anh chị thay thế mà tư tưởng và chỉ huy hành động cho. Lớn lên, có hội đảng, có nghiệp đoàn, có tôn giáo, luân lý, sách vở, thay thế mà tư tưởng và chỉ huy hành động cho; họ không cần phải suy nghĩ gì lấy một mình nữa. Họ là một phần tử vô trách nhiệm trong những cuộc hưng vong trị loạn của gia đình, của quốc gia, của xã hội nhân loại.

Người vô trách nhiệm là người vô tâm, mà vô tâm, là để tâm hồn mình tha hồ cho ngoại cảnh lôi cuốn, sai sử. Người như thế là người nô lệ, không thể điềm đạm được. Điềm Đạm là hiện tượng của tâm hồn tự chủ, hết sức hữu tâm trong các hành vi hay tư tưởng của mình.

Ta cần phải tập cái tánh "ham trách nhiệm" ngay từ lúc nhỏ; không thế, khó mà trừ khử nó cho dễ dàng đặng, vì "thói quen" là thiên tính thứ hai vậy.

CHƯƠNG III: ÁM THỊ

ÁM THỊ là gì?

Ám thị là dùng cách âm thầm mà chỉ thị để khiến người ta bất giác phải theo mình. Cái công dụng của nó ở thuật thôi miên như thế nào, ở đây không cần bàn đến, vì các bạn cũng đã thừa hiểu. Người bị ám thị là người đã mất tự chủ, chỉ làm theo kẻ khác làm, nói theo kẻ khác nói; mừng, giận, thương, vui cho đến tư tưởng cũng theo chỉ thị của kẻ khác.

Người điềm đạm, tức là người tự chủ, hết sức hữu tâm trong các hành động hay tư tưởng của mình, nhất định không bị phải ám thị hay thôi miên vì một lẽ gì cả.

Con người khi sống một mình, ít bị sự ám thị hơn là khi phải sống giữa đô hội, quần đoàn.

Hơn nữa, sống ở trong một thế hệ văn minh máy móc ngày nay mà tránh cho khỏi bị ám thị thật là khó.

Máy móc thạnh-hành, con người ngày nay không gì là không dùng đến máy móc. Bởi vậy thể chất, tình cảm, đến tinh thần của ta cũng đều không có dịp dùng đến. Lâu ngày chúng thành ra vô dụng. Con người hết biết suy nghĩ.

Người tự chủ phải coi chừng, đừng để bị lôi cuốn một cách vô tâm theo hoàn cảnh bên ngoài, nhứt là theo những ám thị của ra-đi-ô (radio), hát bóng, báo chí và quảng cáo: sản vật của văn minh cơ giới.

Những món ấy là những lợi khí nguy hiểm nhứt nếu lọt vào tay những người khôn-quỉ họ lợi dụng.

Nói cho đúng, người bây giờ, từ sớm tới chiều đều sống theo những ám thị của bốn món kể trên, không một phút yên tĩnh để suy nghĩ, phán đoán, nghĩa là để sống với tâm hồn mình.

Mở mắt ra, là đã nghe ra-đi-ô "nhồi" cho một mẻ tin tức và những quảng cáo là những quảng cáo "lừa dối" Rồi thì tiếp đó, các báo chí hằng ngày "nhồi" cho những cái vụn vặt của tư tưởng "hối hả", những tin "chó chết" cùng là tiểu thuyết ái tình, kiếm hiệp. Bước ra ngoài, thì chung quanh tầm con mắt, toàn là hình ảnh quảng cáo: thuốc tiên, thuốc thánh, phấn, son, giày, dép, áo quần Thuật quảng cáo, là thuật lường gạt người bằng cách tuyên truyền lớn lối, dối trá, một nói mười, mười nói trăm.

Đến giờ nghỉ ngơi, thì còn hát bóng "nhồi tiếp" cho những cái xa hoa dâm dật, những cái quan niệm mơ mộng rất sái xa với sự thật ở đời.[10]

Con người bấy giờ là một con vật thụ cảm hoàn toàn: sống theo ám thị chung quanh. Đấy là số phận của phần đông chúng ta.

Kẻ muốn có được một tinh thần tự chủ, phải giữ mình đừng để bị lôi cuốn theo những sức mạnh âm u ấy.

Ngay bây giờ, phải đề phòng cái nạn ấy: chống cự với ám thị. Giáo dục ở nhà trường, rất thiếu sót về cái thuật nầy.[11]

Theo tôi, muốn chống cự với ám thị chỉ có hai phương pháp:

1. Trước hết, phải dạy cho con người chỉ nên tin cậy nơi sức mình, và đừng bao giờ chịu sống nô lệ lấy những dẫn dụ, những kích thích của bên ngoài. Kẻ nào chỉ biết ỷ lại vào sự dẫn dụ của bên ngoài là tự hiến tâm hồn mình hoàn toàn cho sức mạnh của ám thị nào. Ai nói gì cũng nghe theo, phải quấy nên hư gì cũng mặc. Phần đông sống không mục đích. Họ ghiền sách báo, ghiền ra-đi-ô, ghiền hát bóng, cũng như họ ghiền rượu hay á phiện vậy. Thiếu mấy món kích động ấy, họ thấy đời sống họ như thiếu thốn bất thường.
   Vậy, muốn dạy cho con người biết cậy lấy sức mạnh thiêng liêng của mình và chống cự với mọi sự quyến rủ bên ngoài, đừng trở nên những kẻ ghiền báo chí, ghiền ra-đi-ô hay xi-nê, phải làm cách nào?
   Trước hết, phải tập sự tiêu khiển bằng sức mình, tự chế tạo đồ vật, tự học một nghệ thuật, hoặc nghiên cứu về một môn học nào Hãy tùy thích tập lấy một nghề thủ công nào, như nghề thợ mộc, thợ máy, thợ sơn hay học đàn, học vẽ chẳng hạn.
   Pascal nói rất chí lý: "Phần nhiều tai nạn đến cho con người đều do sự không biết sống một mình yên tĩnh trong phòng". Tai nạn ấy, theo tôi, là tai nạn về phần tinh thần trước hết.
2. Phương pháp thứ hai để chống cự ám thị là thuật phân tích và phê bình những lối quảng cáo và tuyên truyền, bất cứ là bằng món lợi khí nào: xi-nê, ra-đi-ô, báo chí hay quảng cáo.
   Điều trước hết, là phải tập phân tích những tiếng thường dùng của báo chí, của những nhà diễn thuyết, v.v…
   Thường họ hay dùng những tiếng "trống rỗng" mà "kêu vang" như Tự do, Bình đẳng Xã hội, Nhân đạo, v.v…
   Ví dụ như chữ Tự do. Ta có bao giờ để ý đến cái thực nghĩa của nó như thế nào không? Tự do là gì? Sao là Tự do? Tự do có giới hạn nào? Người ta sống có Tự do được không? Chánh phủ có nên để nhân gian tự do làm gì thì làm không? Nếu quần chúng được tự do tha hồ làm gì thì làm, thì mình có sống được tự do yên ổn với chung quanh không? Phải hiểu tự do như thế nào? Bấy nhiêu câu hỏi ấy, có mấy ai hiểu nó một cách ráo riết không? Thế mà chữ Tự do đã làm cho người ta điên đảo,

say mê ùa chết theo nó. Tại đâu? Tại nó "trống rỗng" mà "kêu vang", quần chúng vô tâm thích lắm. Họ thích những cái gì họ không hiểu, cũng như họ thích những cái chi u ơ mờ mịt vậy. Tâm hồn thiên về thần bí của họ còn sâu nặng quá.

Bọn người lợi dụng hay dùng những tiếng ấy để quyến rủ, mê hoặc, ám thị, thôi miên quần chúng.[12]

Phải tập diễn giải những chữ "rỗng không" ấy ra, và đem so sánh chúng nó với những sự thật hiển nhiên trong đời.

Sự ám thị bằng miệng ấy, chẳng phải chỉ có một mình nó là tai hại cho tinh thần con người thôi. Ta còn phải lo ngăn ngừa lối ám thị trên mặt giấy, bằng hình mà bọn con buôn vô liêm sỉ hay dùng để mê hoặc người, như lối quảng cáo sử dụng phương pháp liên hợp một cách đột ngột ý tưởng của mình muốn quyến rủ với một vật, hoặc một cái hình, hoặc một thứ văn tả cảnh rất hay để gợi cho người ta một hứng thú tuyệt điểm. Ví dụ, họ đem cái hình một người đàn bà rất đẹp, với một nước da bóng nhoáng, khêu gợi sửa soạn đi tắm trong một cái phòng tắm bằng cẩm thạch màu hường rất xinh xắn, chưng dọn xa hoa cực điểm theo lối tân thời để làm quảng cáo cho một thứ xà-bông. Hoặc muốn quảng cáo thuốc điếu, thì họ vẽ một bức tranh dạ hội có nhiều người cực kỳ sang trọng, áo quần tuyệt "mốt" cùng nhau ngậm điếu thuốc phì phà; hoặc đem hình ngôi sao chớp bóng nào lộng lẫy, hay một chàng thanh niên đẹp trai, bảnh bao nào cũng được. Hoặc muốn quảng cáo cho một món thuốc bổ, thì họ vẽ một chàng lực sĩ đả hổ, hay bẻ gãy sừng trâu, v.v Tôn chỉ của nhà quảng cáo – bất kỳ là thuộc về loại nào cũng một thế – là tìm cách liên hợp cái món hàng của mình với những ý tưởng mà phần đông con người cho là khoái trá hơn hết, như ý tưởng dâm dật, mê ly, giàu sang, thế lực.

Những món hàng khéo quảng cáo nhất là bán chạy nhất.

Thậm chí Văn chương là một món sản vật của Tinh thần, thuộc về phần thiêng liêng cao trọng nhất mà người ta cũng đem nó làm món hàng "làm tiền" xúm nhau mà quảng cáo với những mánh khóe con buôn trăm phần trăm, thật là vô sỉ quá.

Sứ mạng của Văn chương là giải thoát tinh thần, mà lại hội hiệp được với sứ mạng quảng cáo là nhồi sọ lường gạt, thật là trạng thái của một tinh thần khủng hoảng đến cực điểm. Cả những bậc vĩ nhân như Stéfan Zweig, Keyserling, R. Rolland, André Gide cũng đều lên án cái thói "làm ô nhục văn hoá" ấy. Người ta dùng những lối văn rườm rà nghe rất kêu để giới thiệu quảng cáo, xu bợ, nịnh hót nhau, dẫn dụ ám thị độc giả mất cả sự phán đoán phê bình.

Phân giải những ý tưởng liên hiệp một cách đột ngột và vô lý ấy là một

điều khẩn cấp, các tín đồ của Điềm Đạm cần phải chuyên tập hơn hết.

Phải để ý đến cái chỗ quan hệ giữa lối quảng cáo với món hàng quảng cáo, phân tích nó ra sao mà so sánh phê bình Ta sẽ thấy: có ăn chịu chỗ nào giữa cái hình đứa con gái đẹp điểm nụ cười xinh xắn với cục phấn đánh răng không? Phấn đánh răng không phải làm cho mọi người đều có đặng một hàm răng đẹp như cô gái ấy và cũng chưa ắt là nhờ phấn đó mà cô gái đẹp kia có đặng một hàm răng đẹp.

Đem bất kỳ lối quảng cáo nào để phân giải, ta sẽ thấy chỗ liên hợp của lối quảng cáo và món hàng không ăn chịu nhau chỗ nào cả.

Thế mà người ta chỉ thấy cái cách trình bày rất thoả mãn lòng khoái trá là đủ, không chịu để ý đến món hàng của mình như thế nào. Bởi vậy, cũng một món mà trình bày khéo léo để rủ quến khách mua hơn là để tự nhiên không tô điểm.

Gérard de Lacaze Duthiers nói rất chí lý: "Càng thấy làm quảng cáo chung quanh một người nào hay một vật nào, càng làm cho ta nên nghi ngờ chân giá trị của người ấy hay vật ấy. Đối với một quyển sách cũng vậy".[13]

Đem cái thuật phân giải và phê bình đối với lối quảng cáo của con buôn, mà chuyển đi qua các lối quảng cáo khác, ta sẽ thấy bất kỳ là thuộc về giới nào: chánh trị, tôn giáo, học thuyết hay đảng phái đều cũng một thế. Phải tập quan sát, nghiên cứu mỗi sự mỗi vật theo cái giá thật của nó, đừng căn cứ theo quảng cáo của nó.

Tín đồ của Điềm Đạm phải nhất định, suốt đời mình, không bao giờ chịu để cho ai ám thị hay thôi miên, dẫu để chữa bệnh cũng vậy. Hơn nữa, nhất quyết không để cho những sức mạnh âm u vô trách nhiệm của hoàn cảnh dẫn dụ mình, mê hoặc mình, sai sử mình đến mất cả sự suy nghĩ, phán đoán của mình. Đây là công trình của trí dục mà tôi đã dành sẵn ở một nơi khác.[14]

CHƯƠNG IV: ĐỪNG NÓI SAI

Nói thật, và chỉ biết nói thật mà thôi, là tập cho mình có một tinh thần bất uý.

Trong đời, nhất thiết việc gì, phải tập tánh nói cho đúng với sự thật.

Ấy là một tánh, cần phải tập luyện từ nhỏ mới đặng, đừng để bị phải thói quen mà sau nầy không dễ gì sửa đổi cho được.

Washington, lúc còn trẻ, một hôm đẽo cây quí của cha trồng. Lúc cha của ông hầm hầm giận dữ, ông vẫn có đủ can đảm thú tội của mình, không sợ hình phạt gì cả. Cha thấy con như thế, đổi giận làm vui, ôm con và nói: "Tất cả sự sản của cha không quý bằng cái tánh ngay thật của con". Thật vậy, cái tinh thần ấy làm cho ông sau này trở nên một bực anh hùng cái thế.

Người ta sở dĩ nói láo là vì sợ mà nói. Sợ oai quyền, sợ hình phạt, sợ thất lợi, sợ cười chê Mỗi khi ta thấy bị hoàn cảnh lôi cuốn phải nói dối, hãy bình tâm suy nghĩ, tìm xét căn nguyên, ta sẽ thấy không ngoài những nguyên nhân đã nói trên. Nói dối, là tỏ ra mình bị kẻ khác khu-xử.

Nhiều khi nói dối lại được thiên hạ ban cho cái tên rất tốt đẹp là người nhã nhặn. Kỳ thật, là người nhút nhát, chỉ biết vì mình chớ không phải vì người. Nói sự thật thì mích lòng, thì nói hùa theo có phải lợi được người ta ưa mình không? Đó là dua nịnh, đó là con buôn. Người như thế là người mà ai ai cũng ưa, nhưng ai ai cũng ngờ Còn cầu đến sự thương yêu của người, là còn sợ người chê bai. Người như thế không phải là người điềm đạm được.

Phải tập cái tánh ưa sự thật, ghét sự dối. Đừng có nói: "Một lần, đâu phải thói quen". Không! "Kẻ trộm một hột gà, sẽ trộm một con bò". Nói dối một lần lương tâm cắn rứt, nhưng rồi bỏ qua. Nói dối nhiều lần sẽ lần lần thành thói quen, lương tâm không còn cắn rứt nữa, người ta sẽ nói dối như ăn bữa, không chút ái ngại gì cả.

Ta phải thật nghiêm khắc với ta về vấn đề nầy. Ta phải xem lời nói ta như một lời viết ra ngoài mặt giấy, như một danh dự thiêng liêng bất khả xâm phạm. Thà là không nói gì hết. Mà hễ nói ra là lời đúng với sự thật. Không có một quyền thế nào, không có một lợi danh nào bắt buộc ta phải nói sai sự thật được cả.

Không nói dư, mà nhứt là không bao giờ nên nói sai sự thật. Chỉ có được như thế, tinh thần ta mới đứng được vững vàng, không phải bị một lực lượng ngoại giới nào lay chuyển được.

Thôi Tử là quyền thần nước Tề, định giết vua Trang Công, bèn hội hợp sĩ phu lại ăn thề. Ai nấy đều sợ hãi, răm rắp vâng lời. Duy có Án Tử nghiễm

nhiên như không, nhất quyết không chịu thề.

Thôi Tử bảo Án Tử: “Người nghe ta. Ta lấy được nước thì chia cho một nửa. Nhược bằng không nghe ta giết ngay lập tức”.

Lúc ấy, bốn mặt quân lính hầm hầm những muốn đưa gươm giáo ra đâm chém Án Tử. Chết đến nơi, mà Án Tử không biến sắc mặt, ung dung nói rằng: “Lấy lợi mà nhử người ta, bảo người ta phản bội quân thượng là bất nhân; lấy binh khí hiếp người ta, mà làm cho người ta mất chí khí là bất dũng. Giết thì giết, ta không theo việc nhà ngươi làm”.

Thôi Tử nghe nói, không dám làm gì Án Tử. Án Tử đứng dậy, khoan thai bước ra.[15]

Nước Lỗ có một cái đỉnh rất quý.

Nước Tề bắt phải đem dâng. Vua Lỗ tiếc lắm, cho làm một cái đỉnh giả đưa sang.

Vua Tề bảo: “Phải có Nhạc Chính Tử đem sang nói, ta mới tin”.

Vua Lỗ cho gọi Nhạc Chính Tử đến bảo đi.

Nhạc Chính Tử hỏi: “Sao không đưa cái đỉnh thật?”

Vua Lỗ nói: “Ta quí nó lắm”.

Nhạc Chính Tử thưa: “Nhà vua quí cái đỉnh ấy thế nào, tôi quí cái đức “Tín” của tôi cũng như thế”.

Sau Vua Lỗ phải đưa đỉnh thật, Nhạc Chính Tử mới chịu đi.[16]

Như xem hai câu chuyện trên đây, Án Tử nếu không phải là người chí dũng, thì không bao giờ dám nói sự thật giữa đám quân binh kiếm kích.

Có đủ can đảm nói sự thật, phải chăng là biểu hiện của một tấm lòng điềm đạm chí cực. Hay là nói một cách khác, chỉ có kẻ nào có được một tinh thần bất uý mới có thể đủ can đảm nói sự thật mà thôi.

Còn Nhạc Chính Tử nhất sinh không bao giờ chịu nói dối, dẫu vì lợi cho vua nước mình cũng vậy. Người như thế, chẳng những vua nước Tề mà chính vua của ông ta, cũng phải nể mặt. Dầu là lệnh vua cũng không sao khiến nổi Nhạc Chính Tử nghe theo mà nói dối với vua Tề. Thế thì, có phải vì hằng ngày Nhạc Chính Tử không bao giờ chịu nói dối mà tinh thần bất uý của ông được kiên cố, mạnh mẽ thêm lên mãi, đến không còn biết sợ một thế lực nào cả nữa không?

Mỗi một khi ta nói dối, tinh thần ta giảm bớt dũng khí đi một ít. Càng nói dối chừng nào thì cái dũng khí của mình càng suy nhược chừng nấy. Cho

nên những kẻ ham nói dối là những người khiếp nhược. Mỗi khi ta nói dối là mỗi khi ta nuôi dưỡng tánh hèn nhát của ta.

Giáo dục ngày nay, quá thiên về vật chất, chỉ mong cho có nhiều của tiền để mua lấy sự sung sướng nhục thân, cùng là khu-xử kẻ khác cho thỏa lòng tự ái của mình. Bởi vậy óc kinh doanh, nghề buôn bán mới thịnh hành.

Người ta tưởng rằng có tiền bạc cho nhiều là nhiều thế lực làm cho kẻ khác phải kinh sợ mình. Cái nghĩ ấy không phải lầm, nhưng họ quên rằng chính họ là người sống trong sự lo sợ hơn ai cả. Họ không dám "nói thật", vì "nói thật" thì lợi sẽ không được nhiều mà còn có hại cho họ là khác. Huống chi, những kẻ buôn bán mà chỉ nhờ giả dối làm nên sự nghiệp ức vạn cũng được thiên hạ tôn thờ kia mà!

Lối giáo dục xem bọn người có tiền bạc nhiều là tôn quí, mà không cần xét đến nhân cách họ như thế nào, khiến cho lòng người, chỉ biết ham lợi lộc thế quyền, không cần gì đến sự ăn ngay ở thật. Trái lại, xã hội Đông phương cổ thường xem khinh bọn người buôn bán, họ sắp "sĩ, nông, công, thương" cũng không phải là không có duyên cớ. Kể ngay như "ở bên nước Nhật ngày nay, trong những buổi tiệc long trọng của nhà vua, những kẻ cùng được dự yến bên vua là các bực Samourai nghèo. Những anh triệu phú, trái lại ngồi ở nơi những bàn thấp nhất và xa nhất. Nhà thương mãi trong nước là những người giàu nhất, mà cũng là hạng người bị khinh bỉ nhất".[17]

Muốn tập tánh ăn ngay nói thật, cần phải khởi từ hồi con người đang còn thơ ấu. Tập cho chúng nó biết sùng bái sự ngay thẳng cương trực, và biết khinh bỉ sự dối trá dua bợ. Lâu ngày cái tinh thần chiếu cố ấy ăn sâu vào tinh tuỷ, biết đâu sau nầy trong đám con trẻ ấy không có người như Nhạc Chính Tử. – Trái lại, giáo dục ngày nay, chuộng sự hư trá hơn là ngay thật. Rủi đứa con nó làm một lỗi gì, mình chịu thấy nó sợ mình mà nói dối, hơn là thấy nó can đảm nhận tội. Vì họ cho như thế là đứa trẻ tỏ ra không biết sợ oai họ.

Họ lại còn cho những sự dối láo là những cách khôn khéo ở đời. Đứa nào môi miếng lanh lợi là đứa khôn ngoan sắc sảo, về sau thế nào cũng đắc thắng trên đường đời. Còn những đứa ăn ngay nói thẳng, thật thà ít nói lại cho là đứa ngu si đần độn không ra gì.

Một xã hội như thế, thì làm gì có những bực đại dũng biết quí lời nói thật thà như Nhạc Chính Tử.

Thánh Gandhi là người thứ nhất dám tự hào: "Tôi không bao giờ biết nói dối". Thật vậy, mặc dù ông là một nhà chính trị, đối với phe nghịch ông, ông cũng không bao giờ nói dối để được việc cho mình. Lời nói ông là một bảo đảm chắc chắn hơn tất cả những hiệp ước. Hễ ông hứa một điều gì, thì việc ấy kể là đã được ông thi hành rồi. Theo luật Võ sĩ đạo (Bushido) của người

Nhật cũng vậy. Họ lấy sự giữ lời hứa là một danh dự riêng của người đại dũng. Nói dối, theo họ, là một khiếp nhược.

Truyền rằng Gandhi sở dĩ có được một tinh thần như thế là nhờ sự khéo dạy của bà mẹ. Một hôm Gandhi đi học về. Lúc ấy ông còn nhỏ. Vì sợ bị quở trách ông dối mẹ. Bà mẹ biết, bèn nhứt định không ăn cơm. Ông khóc cầu khẩn mẹ ăn, nhưng bà mẹ cương quyết không chịu thay đổi ý kiến. Gandhi là người con chí hiếu, khóc lóc xin mẹ cho rõ vì đâu mẹ giận. Bà nói: "Mẹ thà thấy con chết hơn là thấy con nói dối. Vì nói dối là tỏ ra mình có một tâm hồn khiếp nhược. Có con như thế là một cái nhục cho mẹ. Mẹ không muốn sống nữa". Gandhi bèn quả quyết đứng lên, đi thẳng lại chỗ nấu ăn, lấy một cục lửa than để trên bàn tay và nói: "Con thề với mẹ, suốt đời con không bao giờ nói dối". Bà mẹ mừng quá, ôm con vào lòng, khóc: "Được vậy, thời mẹ mới có đủ can đảm sống nữa với con". Về sau, Gandhi không bao giờ thất hứa với mẹ. Ông thường bảo với kẻ khác: "Cái vết trên bàn tay tôi đây là hình bóng của mẹ tôi, không bao giờ rời khỏi tôi. Đấy là vị thiên thần phò hộ tôi mãi ở trong vòng thành thực và danh dự".

Nếu muốn làm đệ tử của Điềm Đạm, phải có đủ can đảm hy sinh cả cái lợi vật chất của cá nhân, cái lợi được người yêu kẻ mến, cái lợi "phì gia vinh thân", cái lợi "nhất bổn vạn lợi". Không phải bảo kẻ Điềm Đạm luôn luôn phải nói sự thật. Không. Sự thật không phải luôn luôn nên nói: chấp kinh, âu cũng phải biết tùng quyền. Nhưng, nếu vì hoàn cảnh không nên nói, thì thà đừng nói gì cả. Còn thấy cần phải nói, thì lời nói mình phải cho ngay thật. Nếu vì lợi cho mình mà nói dối, đó là vì khiếp nhược mà nói, nhất định không nên làm. Nhược bằng vì lợi cho người mà nói dối, thì cái dối ấy có khi ta cũng không nên câu chấp thái quá. Vì lợi cho người mà nói dối, chỉ ở trong trường hợp như thầy thuốc với bệnh nhân, hoặc gặp phải những sự nguy hiểm của kẻ khác, mình cần phải giấu để cứu họ thoát khỏi tai hạn, là có thể làm được mà không phải giảm đến cái dũng khí của mình thôi.

Ở bên Ấn Độ, các nhà đạo sĩ tịnh tâm thường hay dùng sự "cấm khẩu" làm diệu pháp. Trong lúc "cấm khẩu" họ không bị một lực lượng gì bắt buộc họ phải nói trái với ý nghĩ họ. Họ tha hồ muốn nghĩ gì theo sự thật. Lâu ngày, họ mất cái thói quen nói dối. Đó là một cách tu luyện tinh thần bất uý rất hay. Ở trong đời, ta không thể cấm khẩu đặng như các đạo sĩ ấy, thì hãy "cấm khẩu" ngay những lúc hoàn cảnh bó buộc ta không thể nói ngay sự thật.

Trong Ngũ giới của nhà Phật thì cấm Vọng ngữ làm đầu. Phải chăng đó là bước đầu tiên để được đi sâu vào cái tinh thần Đại Hùng, Đại Lực của Thích Ca.

Nếu không phải vì sợ oai thế hình phạt, vì muốn ăn mày ăn xin sự yêu thương của kẻ khác, hoặc vì muốn "ngọt mật chết ruồi", thì chắc chắn là không có cái lợi gì khác buộc ta phải nói dối cả. Cho nên, chỉ khi nào ta diệt được ngay cái nguyên nhân của sự nói dối đi, thì tấm lòng mới vững vàng mà thờ phụng sự ngay thật. Đành rằng chỉ vì có được một tấm lòng bất uý mới có đủ can đảm nói luôn luôn sự thật: nhưng cũng vì nhờ hằng nói mãi sự thật mà dũng khí ta hằng được tăng gia kiên cố.

CHƯƠNG V: TRÍ TƯỞNG TƯỢNG

Trí tưởng tượng thái quá cũng rất có hại cho sự Điềm Đạm. Sự thật ở đời lắm khi không có những cái giá như ta đã tưởng tượng ban cho. Hay nói một cách khác, sự vật ở đời, tự nó không có giá trị gì cả. Nó có giá là tại nơi ta ban cho nó cái giá ấy mà thôi.

Thấy một người lạ, là đã tưởng tượng cho người ấy có những đức tánh mà tự họ không có. Hoặc cho họ là kẻ tài ba lỗi lạc hơn mình, hoặc là tưởng tượng họ khinh bạc, chế nhạo mình Thế mới đâm ra khiếp sợ, e ngại, rụt rè Nhưng sự thật, nếu mình gặp người đó một vài lần, thường tiếp chuyện với người đó trong năm, mười ngày, bấy giờ ta sẽ thấy họ không phải thần thánh gì mà mình phải khiếp sợ đến thế. Phải tập tánh nhìn thẳng vào sự thật, đừng để cho trí tưởng tượng viển vông của mình nó đánh lừa mình.

Cái tính thích khen, sợ chê, nô lệ dư luận, làm cho ta hèn yếu, khiếp nhược. Nhân đó, trí tưởng tượng của ta phụ tiếp vào làm sai cả sự thật.

Phần đông, tưởng rằng đi đâu hay ở đâu, người ta hay để ý đến mình, rình mò, quan sát mình. Nào phải có thật như vậy đâu Có ai ở không mà lo xem xét mình, để biếm nhẽ chế nhạo mình. Ở đời, ai cũng có việc riêng, không ai công không mà lo phê bình mình. Vả, nếu có phê bình đi nữa thì có ăn thua gì đến ta. Nhứt định, phải loại trí tưởng tượng ra khỏi vòng trí thức của mình trong khi mình muốn phán đoán một việc gì cho chính đáng.

Nếu ta khéo điềm tĩnh, lại quan sát cho kỹ càng trước khi phán đoán, thì tưởng không có cái chi đáng cho ta sợ nữa cả.

Trí tưởng tượng phải luôn luôn để nó ở dưới quyền kiểm soát của trí thức. Nếu trí thức nhận xét không đúng thì tưởng tượng tiếp vào chỉ để làm cho hỗn loạn thêm lên.

Tuy nhiên, nói rằng trí tưởng tượng có hại, là khi nào ta để nó hỗn loạn tha hồ, không kiềm chế gì hết. Nếu ta khéo lợi dụng nó, thì nó sẽ là một lực lượng giúp cho sự Điềm Đạm rất không phải nhỏ.

Thay vì dùng trí tưởng tượng để tăng sự lo sợ, khiếp hoảng sao ta không biết dùng nó để tăng sự Điềm Đạm của ta thêm?

Trí tưởng tượng là một sức mạnh phi thường, cùng ý thức chánh đáng, nó có thể thay đổi tất cả cuộc diện của đời người. Luôn luôn, bất kỳ là ở vào trường hợp nào, bất kỳ là người hay vật gì, nếu ta lập tâm không sợ, rồi thì trí tưởng tượng tiếp vô, tạo ra một cảnh tượng hùng tráng củng cố thêm cho tinh thần điềm tĩnh của mình một cách hết sức đắc lực.

Làm chủ đặng trí tưởng tượng, là đã làm chủ đặng một lực lượng lớn lao

nhứt trong đời: không còn có cái gì mà ta làm không đặng nữa. Kìa thử một kẻ nghịch hết sức hung tợn đứng trước mặt ta. Nếu ý thức ta nhất định xem kẻ ấy như cỏ rác, và nếu khéo dụng tưởng tượng thêm vô, để giúp cho ý định ấy, thì kẻ nghịch kia, ắt không thể nào thắng ta nổi. Nếu phải sa cơ thất thế, mà chết đi nữa, tinh thần ta vẫn luôn luôn điềm tĩnh tới hơi thở cuối cùng.

Napoléon, khi ra trận, lắm lúc vào sanh ra tử, vẫn như không, nhờ nơi đâu? Một phần do nơi tâm tánh anh hùng của ông, nhưng nếu phải nói cho đúng hơn, do nơi cái đức tin về số mạng của ông. Ông thường bảo: "Số ta không bao giờ bị thương". Trí tưởng tượng của ông hết sức mạnh. Ông tin rằng đời ông không hề bị thương tích bao giờ. Một khi kia, ông mạo hiểm đến bảo một nhà thiện xạ, đứng xa ông 100 thước, cứ nhắm bắn ông. Người ấy chỉ bắn trúng cái mũ của ông thôi. Ông khen: "Thật là tay thiện xạ". Dẫu rằng những tích ấy là câu chuyện về ngoại sử, nó vẫn hàm một ý nghĩ rất sâu xa về ảnh hưởng của đức tin, của tưởng tượng trong cuộc đời oanh liệt của các anh hùng dũng sĩ, là như thế nào.

Sư Seigen, ngày kia, trong lúc đang thuyết pháp bỗng bị quân cướp tràn vào chùa. Bắt sư ra, tên đầu đảng hăm chặt đầu sư. Sư điềm tĩnh, mỉm cười nói:

- Trời Đất cũng không phải là chỗ của ta trọ được. Thân thể linh hồn ta toàn là ảo vọng. Cây gươm của ngươi có chém ta đi nữa chẳng qua như ánh sáng chém không ngọn xuân phong! Ngươi làm gì giết ta đặng.

Tên đầu đảng, trước sự điềm đạm phi thường và hết sức bất ngờ của nhà sư, dừng gươm lại và chuồn đi nơi khác.

Nhờ nơi lý thuyết của Phật gia về vấn đề sanh tử hư vô, sư Seigen đem nó tăng gia cho thế lực tinh thần của sư trước sự sanh tử, đó cũng là một cách dùng sức tưởng tượng rất phải đường, tạo cho người một tinh thần hết sức điềm tĩnh.

Tóm lại, trí tưởng tượng là một sức mạnh rất lớn. Khéo kiềm chế cho trúng tiết, nó làm cho ta có thể thành đặng những bực vĩ nhân dũng sĩ. Không khéo kềm chế nó, để nó hỗn tạp lăng loàn, nó trở lại là một sức phá hoại tinh thần con người, làm thành những bộ máy vô hồn, những tinh thần khiếp nhược.

CHƯƠNG VI: CÁCH PHÁN ĐOÁN VỀ SỰ ĐỜI

CÁCH phán đoán về sự đời, hết sức quan hệ đến sự điềm tĩnh của ta.

Người ta thường tưởng rằng: họa phúc, đều do ở ngoài mà đến. Cái đó lầm, và vì thế người ta mới có lo sợ.

Nếu quả nghèo là khổ mà giàu là sướng, thì những người nghèo như Nhan Hồi, Socrate, đều là khổ hết hay sao, mà những bực phú hữu tứ hải như Tần Thủy Hoàng, Napoléon đều là sướng nhứt ở đời sao?

Nếu bảo con là nợ, vợ là oan gia, thời sao đối với Socrate, có người vợ hung dữ như thế, ông lại cho là một cái phúc đối với ông, vì nhờ đó, ông điêu luyện được cái tính điềm đạm, thản nhiên đối với sự vật ở đời.

Nếu những cái mà thiên hạ đồng cho là họa, như bần, tiện, bệnh, tử đi lạc vào nhà các bực đại hiền như Trang Tử hay Epictète thì cũng không làm gì cho mấy ông ấy nao lòng.

"Người ta thường vì những sự nhỏ mọn không đâu, mà gây ra phiền não cho mình. Nếu ai cũng biết thản nhiên đối với sự vật, bình tâm mà xét thì sẽ thấy trăm việc đến cho mình, chín mươi việc không đáng bận lòng chút nào cả".

"Làm cho người phiền muộn, không phải là tự ở sự vật, chính là ở cái cách người ta phán đoán về sự vật. Như cái chết có gì gọi là đáng sợ đâu, nếu đáng sợ thì ông Socrate đã sợ; nhưng đáng sợ, là sự phán đoán rằng cái chết là đáng sợ. Như vậy mỗi khi ta buồn bực, bối rối, phiền não, ta đừng trách ai, chỉ trách ta nghĩa là tự trách sự phán đoán của ta mà thôi".

"Phải nhớ rằng: làm nhục cho mình, không phải là kẻ nó chửi mình, nó đánh mình, nhưng là tự mình phán đoán cho rằng nó làm nhục mình. Có kẻ nào làm cho mình giận dữ thì phải biết rằng chính sự phán đoán của mình nó làm cho mình giận dữ đấy".

Sự vật như mảnh gương trong, nếu mình cười, thì nó trả cái cười lại cho mình; nếu mình khóc, nó trả cái khóc lại cho mình.

Tôi thường tự hỏi: "Người đánh ta, ta giận, là tại người hay tại ta làm cho ta giận?". Phần đông sẽ nói: "Vì người đánh ta, nên ta giận. Nhưng nếu ta biết người đánh ta là người điên, ta có còn giận người ấy nữa không? Chắc hẳn là không, nếu ta là người biết xét. Trái lại, nếu ta biết người đánh ta là người tỉnh, thì ắt ta không khỏi phải nổi cơn giận dữ."

Cũng một việc xảy đến cho ta, mà khi thì ta điềm tĩnh như thường, khi ta lại bực tức nóng giận. Tại nơi đâu? Có phải là tại nơi sự phán đoán của ta chăng? Tôi không thấy tại nơi ngoại vật chỗ nào cả.

Mạnh Tử nói: “Người ta, ở đời, đối với người mà gặp phải kẻ dữ với mình một cách ngang ngược, thì nên coi như mình đi trong bụi rậm, vướng phải gai chỉ nên thong thả đứng lại gỡ dần ra thôi. Gai góc kia có biết gì mà đáng giận? Xử được như thế, thì tâm mình không phiền não mà bao nhiêu nỗi oán hận cũng tiêu tan

Ta nên coi những sự ngang ngược phạm đến ta như chiếc thuyền không, lỡ đâm phải ta, như cơn gió dữ tự lỡ tạt nhằm ta. Ta nghĩ cho cùng có gì đáng giận.”

Cách Socrate xử với người vợ rất hung dữ của ông cũng như thế. Một lần kia, có bạn rủ đi sớm. Bà la lối gầm hét om sòm. Ông vẫn thản nhiên. Khi ông bước ra đi, bà lại đứng trên lầu đổ trút thau nước dơ lên đầu ông Các bạn ông tỏ dấu bất bình phản đối Ông cười và bảo: “Thì có gì lạ, hễ trời hết gầm, thì tới mưa”. Ông thản nhiên trở vô thay áo.

Một lần khác, ông mời các bạn dùng cơm tại nhà. Không biết có việc gì, bà vợ bưng cả đồ ăn (ông ăn ròng rau trái) quăng ra ngoài cửa sổ.

Ông cũng như thường, tươi cười bảo: “Thì bả muốn chúng mình ra sân ăn mát mẻ hơn.”

Quá sức tức tối, bà bèn vác chổi ra sân quơ luôn các đồ ông đã lượm sắp vô mâm, dĩa Các bạn ông giận đỏ mặt, muốn gây sự. Ông biết trước đã nắm tay áo các bạn lại ôn tồn bảo: “Ví dụ các anh em ta đang ngồi ăn, rủi bị một con gà mái nhảy xổ vào, làm văng cả bát đĩa, các anh có đi gây sự với nó không?”

Nếu một người khác gặp phải những trường hợp nầy, chắc chắn là đã mất cả sự điềm tĩnh rồi vậy.

Không phải tại nơi sự vật xảy đến cho ta, nó làm cho ta vui mừng hay giận dỗi, mà quả quyết là tại sự phán đoán của ta nó làm cho ta vui mừng hay giận dỗi mà thôi.

Người trí là kẻ biết phân biệt trong đời những cái gì là định mạng, những cái gì là tự do, nghĩa là những cái gì không tùng ta, và những cái gì tùng ta.

Không tùng ta như: sanh, tử, tai nạn, giàu, nghèo, sang, hèn Những điều ấy nó đến cho ta hoặc nó bỏ ta mà đi, ta không quyền cản trở nó được. Những điều người khác ban cho ta đặng, họ cũng có thể lấy lại đặng. Cái đó ta không cần phải quan tâm đến. Quan tâm đến nó, là làm nô lệ cho nó. Mình đã mất cả sự tự chủ của mình rồi.

Tùng ta, là ý nghĩ và sự phán đoán của ta. Người ta chửi mình, đó là điều mình không thể cản đặng. Nhưng, vì thế mà cho là nhục, giận dỗi, bực tức; hoặc xem đó như không có, bình tĩnh thản nhiên, cái đó mới tùng mình thôi.

Chết là một định mạng, tìm mà trốn tránh nó vô ích Cho nó là đáng sợ hay không đáng sợ là cách mình đón tiếp nó. Thể thống con người trong cái guồng máy ghê gớm của tạo vật, chỉ còn có bấy nhiêu đó gọi là Tự do thôi.

Sự điềm tĩnh của ta đối với sự đời cũng chỉ nhờ nơi cái tinh thần tự do ấy – nghĩa là do nơi quan niệm triết lý ấy của ta mà thôi.

Ở đời, hễ có Sanh thì có Tử, có Lợi tất có Hại, có Nên tất có Hư. Muốn có Lợi mà không có Hại, có Nên mà không có Hư, có Sanh mà không có Tử, là người hết sức mê loạn.

Nhưng mà con người thường chỉ muốn biết có Nên, có Lợi mà không có Hư, có Hại, cho nên đối với sự đời không thể gìn giữ đặng sự điềm tĩnh. Đặng thì sướng, mất phải khổ. Nên mà vui, thì hư tất phải buồn Tâm trí con người bị mắc trong cái vòng lẩn thẩn của cái Sợ, làm gì không sanh ra khiếp nhược được. Chưa ắt đặng mà mừng, lo họ thật sướng. Trong cái sướng ấy đã có cái khổ rồi: sợ mất, nên phải kiên cố giữ gìn Họ cũng tưởng đã tìm được cái Yên tĩnh cho lòng rồi. Nhưng họ nào có dè họ phải đau khổ vì mảng lo sợ cho tương lai. Tương lai đã báo cho họ biết: không có cái gì là trường cửu cả. Cái ý tưởng ấy nó giày xé tâm can họ, họ phải lo nghĩ đủ điều để gìn giữ củng cố, gượng với lẽ sinh diệt lạnh lùng của Tạo hóa, cho nên: đặng cũng khổ, mà mất cũng khổ. Tâm hồn họ không bao giờ yên tĩnh.

Biết như thế, thì đặng không mừng, mất sẽ không buồn; cứ yên lặng đứng ở trung tâm bánh xe Tạo hóa, mặc tình nó muốn xoay trở cách nào cũng được.

Bất kỳ là một việc làm nào, đừng bao giờ lo nghĩ đến kết quả của nó. Muốn Nên, đã là khổ; rủi Hư, khổ đến bực nào? Vậy, phải tập làm vì làm; còn kết quả tốt hay xấu thế nào, đừng bận đến. Làm mà không bận mắc trong cái kết quả của sự làm, đó là cái mật pháp để gây cho tâm hồn luôn luôn được điềm tĩnh.

Xem xét chung quanh ta hằng ngày, ta thấy chán những điều gì ta quá lo lắng cho được có kết quả tốt đẹp, thường vì đó mà bị hư hỏng.

Phải chùi sạch, đừng để một mảy may lo sợ gì cả, nó bấu bíu tâm hồn mình. Muốn khen, thì sợ chê; muốn được, thì sợ mất; muốn vinh, thì sợ nhục. Cái đó phải diệt trừ cho tận gốc.

Những kẻ sống đài các nơi lâu đài dinh thự mà vẫn xem thường như lúc cùng khổ ở chốn nhà tranh vách đất; những kẻ đang ngồi trên thiên hạ mà vẫn không xem là vinh, cầm gọng xe làm thân trâu ngựa, cũng không cho là nhục, những kẻ ấy bao giờ cũng giữ được tấm lòng thanh cao siêu thoát. Ở đời, họ không còn có cái gì phải sợ nữa cả.

Người ta vì quá ham mê sự sung sướng về vật chất, thành ra tâm hồn phải trở nên hèn yếu bạc nhược: họ rất sợ sự nghèo khổ Trong khi lo sợ ấy, họ phải khép mình chịu nhiều nỗi khuất phục về tinh thần trước nhiều thế lực đáng bỉ. Không có một sự đê tiện nào họ không dám làm, miễn gìn giữ được cái địa vị đã cung cấp cho họ sự sung sướng ấy là đủ. Họ tưởng họ làm chủ lấy sự vật; thật ra, sự vật ấy đã làm chủ lấy họ mà họ không dè. Kẻ nào còn sống nô lệ lấy tình dục mình, nô lệ lấy sự sung sướng của mình đều là những người không bao giờ mong mỏi đi vào cõi Chí thiện của sự Điềm Đạm được.

Epictète nói: "Anh có con ngựa tốt, hãy nói: con ngựa của tôi tốt, chứ không phải tôi tốt". Hay thay lời nói ấy! Tầm thường lắm, nhưng mà sâu sắc làm sao! Thiên hạ hiện thời đã đi ngược với nó rất nhiều. Phần đông thiên hạ tưởng rằng giá trị của con người ở nơi sự vật nhiều ít của người ấy tích trữ, như danh vọng, tiền bạc, xe hơi, nhà lầu, ruộng đất chứ không phải nơi cái giá trị thật có của họ. Ta sang, ta quí, là không phải do nơi cái giá trị thật sang quí của cái người của ta, mà là do nơi cái điều thiên hạ ban cho, do nơi những xe hơi, nhà lầu cùng ruộng đất, trâu bò của mình. Thế thì cái thể thống của con người nghĩ cũng quá nhẹ thật. Đấy là tự mình khinh mình vậy. Người ta vô tâm đến bực ấy là cùng. Vậy chứ vì đâu thiên hạ đua nhau tranh giành tiền bạc, thế lực, nếu không phải để tăng giá trị cho mình, mưu nhiều sự sung sướng cho mình là gì? Thật, người ta ít ai biết tự trọng.

Muốn gìn giữ được một tâm hồn bất uý, thản nhiên, ta phải biết xem sự vật ở đời bằng con mắt "đại đồng" vinh nhục, thị phi, nên hư, tốt xấu đều như nhau cả.

Trong sách *Bhagavad-Gita* của Ấn Độ có nói: "Kẻ nào biết xem hết thảy sự vật như nhau, sướng như khổ, vui như buồn, đặng như mất, biết xem cục đất như hòn vàng, viên đá như hòn ngọc, kẻ ấy đã đạt được đến cõi Điềm Đạm chí cực rồi."[18]

Trang Tử, trong chương *Thu thủy* cũng nói: "Mỗi mỗi đều có hai phương diện. Muốn có phải mà không có quấy, muốn có trị mà không có loạn, là chưa rõ cái Lý của Trời Đất, cái Tình của vạn vật, ấy là mơ tưởng trời mà không đất, âm mà không dương, hai phương diện đồng có của mỗi vật.

"Muốn phân hai phương diện tương đối ấy ra như hai vật có thật, thì là vu phản, nếu không phải là ngu xuẩn".

Người thông đạt ở đời thấy lợi không vội mừng, thấy vinh không vội sướng: "Sủng vi nhượng, nhục vi hạ; đắc chi nhược kinh, thất chi nhược kinh" (Vinh trên thì nhục dưới; đặng, sợ mất; mất, sợ nhục).[19] Đó đều là những điều làm cho người khổ tâm khổ trí.

“Làm mà như không làm, lo lắng mà như không lo lắng; lớn, nhỏ, nhiều, ít đều xem như nhau: khen không mừng, chê không bận, đó là cái hạnh của Thánh nhân vậy”.

Câu chuyện “*Bắn cung*” sau nầy tả rõ tâm trạng người chí nhân điềm tĩnh như thế nào:

“Liệt Ngự Khấu cùng với Bá Hôn Vô Nhân bắn cung. Liệt Ngự Khấu, tay cầm cung, chỗ cùi chỏ để một chung nước. Bắn liên tiếp mấy phát, mà mặt nước trong cái chung không chao động. Bá Hôn Vô Nhân nói: “Cái cách bắn ấy là cách bắn của người quá lo trong việc bắn, chưa phải là cách bắn của người thản nhiên đến việc bắn”.[20]

“Anh hãy đi với tôi lên núi cao kia kiếm chỗ gần hố sâu thăm thẳm mà bắn, chừng ấy, sẽ biết anh còn giữ đặng cái vẻ điềm tĩnh ấy nữa không”. Hai người cùng đi.

Bá Hôn Vô Nhân, đứng tận bên mé hố, chơn đứng nửa trên mặt đất, nửa ngoài không không, nghiêng đầu ra sau và giương cung lên Liệt Ngự Khấu thấy vậy mồ hôi toát ra, sợ quá té xỉu trên mặt đất. Bá Hôn Vô Nhân cười: “Bậc Chí nhân, con mắt trên ngó tận mây xanh, dưới xem tận đáy đất, ngoài xem tận chân trời, mà lòng vẫn không biết nao núng. Có như thế thời mới bắn được cái bắn thản nhiên chí như anh, chưa gì cặp mắt đã hốt hoảng, lo sợ, thì có bắn, làm gì mà bắn cho trúng đặng.”[21]

Người ta chỉ biết sống trong yên ổn và chỉ biết tìm yên ổn mà thôi. Ở trong cảnh yên ổn mà hành động, thì dễ mà gìn giữ vẻ thản nhiên bình tĩnh. Nhưng, đến khi gặp cảnh không yên ổn cho thân mình, thời luống cuống như kẻ mất hồn, làm gì nên trò trống! Biết sống trong cảnh thường mà không hay biết sống trong cơn biến, người thế ấy không bao giờ giữ đặng luôn luôn cái tinh thần điềm tĩnh.

Trang Tử có nói: “Sanh tử, tồn vong, cùng đạt, bần phú, kẻ hiền và người bất tiếu, khen chê, lạnh ấm, đó là cái biến của sự đời, cái hành vận của cái Mạng. Nó tương tiếp nhau, hết ngày tới đêm, hết sống tới chết, hết vinh tới nhục ta không thể biết được nguyên nhân nó vì đâu.

Những điều ấy, ta chớ nên bận đến mà làm gì, đừng bao giờ để cho nó chen vào phá hoại cái yên tĩnh của tâm hồn mình. Gìn giữ mãi sự yên tĩnh ấy nơi lòng, đừng để cho bất kỳ là vật gì chao động được, dù là sự vui sướng cũng vậy. Đó gọi là toàn đức

Bực chân nhân không ham sống, không sợ chết. Sanh ra không mừng, chết đi không sợ. Thản nhiên mà đến, thản nhiên mà đi, không bận mắc vào đâu

cả. Thuận theo Đạo mà sống, nên Người không cưỡng với Trời Tâm họ bao giờ cũng quả quyết, cử chỉ rất trầm lặng, gương mặt đơn sơ, hạnh kiểm điều độ, tình cảm mực thước. Gặp việc thì làm, không gặp việc thì không làm, không tỏ tâm sự cho ai bất kỳ. Những kẻ chưa đến bực Chân nhân thì thích bè bạn, thích tâm sự, muôn việc đắn đo lo sợ, không biết thản nhiên đối với những cuộc dinh hư tiêu trưởng trong đời, thường lại đem thân mà tiêu huỷ trong cuộc săn tìm danh lợi."

Nhan Uyên nói với Trọng Ni: "Lúc tôi ngồi đò đi ngang qua một cái thác kia, tên đưa đò cầm tay lái như thần. Tôi hỏi nó: "Làm sao đặng vậy?" Nó bảo: "Cái tài đó, một người lội học dễ dàng, một người lặn không học mà biết." Nó nói gì vậy? Tôi không hiểu chi hết."

Trọng Ni nói: "Người lội, không tưởng tới nước. Vì đã quen với cái hiểm nghèo của nước mà nó không sợ nữa. Còn người lặn, thì lại không còn tưởng tới nước là gì nữa. Nó ở trong nước như ở trong chỗ tự nhiên của nó.

Ý lo sợ về hiểm nghèo của nước ít làm động lòng người lội, nên giao thuyền cho nó cầm lái thì thuyền vững vàng. Đối với người lặn thì ý lo sợ về sự hiểm nghèo của nước lại càng không làm động lòng nó đặng. Nếu giao thuyền cho nó cầm lái thì thuyền phải hoàn toàn vững vàng hơn nữa.

Như trong cuộc bắn bia. Nếu món định thưởng là một vật bằng đất giá hèn, người bắn không bị mấy động lòng, thong thả dùng hết xảo diệu của nó. Nếu món đồ thưởng là một vật bằng vàng hay bằng ngọc, người bắn sẽ bị cảm động nhiều quá, sự bắn của họ không còn chắc chắn chút nào nữa hết."[22]

Kỷ Tỉnh Tử lãnh phần tập gà đá độ cho vua.

Được 10 ngày, hỏi thăm, Tỉnh Tử nói: "Chưa, gà còn kiêu khí".

Mười ngày nữa, hỏi thăm, Tỉnh Tử nói: "Gà còn gáy đáp với gà khác. Thấy gà khác còn biết cảm động".

Mười ngày sau nữa, hỏi thăm, thì Tỉnh Tử cũng nói: "Nó còn thạnh khí, hăng hái lắm".

Mười ngày nữa, lại hỏi thăm, thì Tỉnh Tử nói: "Được rồi! Nghe tiếng và thấy mặt đồng loại của nó, nó không còn biết cảm động nữa. Nó nay như khúc gỗ rồi. Không con gà nào đối đầu với nó nổi nữa".[23]

Cách điêu luyện ấy cũng là cách điêu luyện để đi đến tinh thần đại dũng. Tới đó là tới cái chỗ mà Trang Tử gọi là "TOÀN ĐỨC", cái đức hạnh viên mãn của con người.

Xem kỹ các học thuyết tôn giáo, – bất kỳ là học thuyết hay tôn giáo nào, – ta sẽ thấy cái mục đích cuối cùng là đem con người đến chỗ điềm tĩnh, tức là đến chỗ cùng cực của nhân phẩm.

Đạo gia hay Phật gia dùng đến các phương pháp tĩnh tọa bồ đoàn, đều lấy cái Tịnh làm gốc cho công phu luyện tập để đạt đến một tinh thần điềm đạm chí cực. Cái đó đã cao xa mà uyên-áo, không phải ai ai cũng hiểu được và làm được. Nếu ta chưa từng vào đó, thời chưa nên vội phê bình nó một cách cẩu thả như phần đông đã làm.

Cái tâm trạng thanh cao mầu nhiệm và hùng dũng ấy, người xưa đã khéo ngụ tả trong câu chuyện đắc đạo của Phật dưới gốc cây bồ đề: “Phật khi ngồi dưới gốc cây bồ đề, giác nhiên ngộ đạo, tâm trí sáng suốt, hào quang tủa khắp bốn phương làm rung động cả vạn vật chung quanh”.

Thần Mara, chúa tể các lực lượng của vật chất, của tội lỗi, của tối tăm không thể chịu nổi có người đã thoát khỏi được cái vòng nô lệ của mình, bèn đem cả đạo binh ma tướng quỉ đi kiếm Phật.

Thần Cây, thần Đất cùng các vị thần của các lực lượng tự nhiên đều nói với Mara: “Người ấy đắc đạo rồi. Ấy là người sáng suốt nhất, không còn một sự tối tăm nào ẩn được bên người. Đi làm gì đó? Ngươi sẽ phải thất bại ngay. Người ấy là người không còn ai trong trời đất này thắng nổi nữa.”

Thần Mara tức tối, bèn hoá phép, nổi dông nổi gió, làm cho phi sa tẩu thạch, đất nẻ núi nghiêng để khiếp hoảng Phật.

Thản nhiên, Phật ngồi như khúc gỗ, trong tâm lặng lẽ như không có việc gì.

Túng thế, Mara bèn nghĩ ra cái kế lấy Danh, Lợi, Nữ sắc cùng những cái mà lòng người dễ xiêu, dễ động nhất, để lay chuyển lòng Phật.

Lấy Danh để khêu gợi lòng tự ái; Lợi để gợi lòng tham muốn; lấy Sắc để gợi lòng dục vọng

Nhưng cũng không làm cho Phật động lòng mảy may nào cả.

Bấy giờ là lúc dùng đến oai vũ; Mara bèn ra lịnh cho binh ma tướng quỉ cầm gươm giáo xông vào, lấy tên lửa bắn vào mình Phật. Phật cũng vẫn thản nhiên, trong lòng bất động. Tên, giáo vô gần tới là đã biến thành những đóa hoa thơm rớt chung quanh mình Phật.

Bấy giờ, Mara xấu hổ, nổi trận cuồng phong bay về động phủ.

Văng vẳng nghe hai bên đường các vị thần của các lực lượng tự nhiên bàn bạc với nhau: Người ấy là người không còn một sức mạnh nào trong đời thắng được nữa. Người ấy đã làm chủ cả sự vật trong trời đất rồi”.

KẾT LUẬN

MUỐN đi đến một tinh thần đại dũng không phải là một việc không thể làm.

Cần yếu, là phải có đức tính đầu tiên nầy: Thành thật. Tôi muốn nói: Thành thật đối với mình.

Thành thật đối với mình là một điều rất khó. Nghĩa là, mình đừng gạt mình. Đừng bênh vực sự yếu đuối, lầm lạc của mình. Đừng nói một đàng, làm một ngả.

Thành thật đối với mình, tức là sự điều hoà giữa ý tưởng và việc làm của mình.

Muốn định giá phẩm cách con người, tôi tưởng không còn cách nào hay hơn là căn cứ vào đó.

Nếu các bạn nhận sự điềm đạm là triệu chứng của một tâm hồn giải thoát, là chỗ cứu cánh của các hành vi cao thượng của con người, thì một khi đã nhất định thi hành, đừng bao giờ bênh vực sự yếu đuối của mình mà xao lãng bỏ qua.

Nếu các bạn đồng ý với tôi, cũng cho giá trị của con người không phải căn cứ nơi số tài sản, tước vị của mình thâu trữ, của người khác ban cho, và phẩm cách con người ở nơi tinh thần tự do của mình đối với ngoại vật, thì các bạn hãy thành thật thi hành ngay cái ý nghĩ ấy trong các hành động hàng ngày, không sai chạy. Có rủi sa ngã một đôi khi, thì hãy có can đảm và thành thật mà trở về con đường của mình đã định đi ấy.

Nhược bằng, một đàng bạn nhận giá trị và hạnh phúc của con người không phải ở nơi cái tinh thần ỷ lại đến ngoại vật, một đàng bạn lại đem thân lăn lóc, nô lệ nơi danh lợi, cầu cạnh nơi thế lực để mưu cho mình hạnh phúc, đó là bạn không thành thật với mình đó. Làm như thế, thì "cái dũng của thánh nhân" đối với bạn, sẽ là một điều thuộc về mơ mộng Phải quyết tâm qui cả nghị lực của mình vào một việc, thì việc ấy ắt phải thành.

Trang Tử trong thiên Đạt Sanh có nói: " Lúc Trọng Ni đi qua nước Sở, vừa ra khỏi rừng, thấy một người tật bướu bắt ve bằng một cây sào dài, rất lẹ và rất chắc chắn cũng như nó bắt bằng tay.

Trọng Ni nói với người ấy: "Anh thật là tài, xin cho tôi biết cái thuật của anh".

Tên tật bướu nói: "Thuật của tôi là đây: Trong năm, sáu tháng, tôi tập để viên đạn đứng thăng bằng trên ngọn sào của tôi mà không hề rớt. Khi tôi để đứng đặng hai viên thì ít con ve nào thoát khỏi tôi. Khi tôi để đứng đặng ba

viên, thì mười con trật có một mà thôi. Khi tôi để đứng đặng năm viên, tôi không hề trật con nào hết. Cái thuật của tôi là qui hết tinh thần của tôi vào chí hướng mà tôi mong đạt đó. Tôi in cái tay tôi, cả thân thể tôi, cho đến chừng nào nó thành một khúc gỗ, không còn biết cảm động, không còn xao lãng nữa. Tuy trời đất là lớn, vạn vật là nhiều, nhưng tôi chỉ thấy có con ve mà tôi muốn bắt nó thôi. Không chi làm cho tôi xao lãng ngoài cái ý tôi muốn đó, con ve làm gì thoát khỏi tay tôi."

Đấy cũng là cái nghĩa "chuyên tâm bảo nhất" của Lão Tử vậy.

Khởi thảo ngày 12 tháng tư
và viết xong ngày 13 tháng tám năm nhâm ngọ (1942)

PHỤ LỤC

I. PHƯƠNG PHÁP TĨNH TỌA CỦA CƯƠNG ĐIỀN

NHƯ các bạn đã thấy trước đây, luyện tập Điềm Đạm đến cõi chí cực, chỉ có những phương pháp Thiền Tọa hay Tĩnh Tọa là có hiệu quả hơn hết.

Dưới đây, sưu tập cho các bạn một phương pháp tĩnh tọa rất đắc dụng trong toàn cõi Á Đông (Trung Hoa và Nhật Bổn), để dùng làm tài liệu nghiên cứu. Tuy sơ lược nhưng cũng vừa đủ để thực hành. Bài nầy soạn theo thể tài bản dịch hán văn của Tưởng Duy Kiều, do nhà Thương Vụ xuất bản.

Sự thế của Cương Điền

Phàm muốn nhập môn cách thực hành phương pháp Tĩnh Tọa của Cương Điền, trước nên biết qua sơ lược về sự thế của tiên sinh.

Tiên sinh là một bực đại tu dưỡng nước Nhật, lúc nhỏ vốn hư nhược và nhiều bệnh tật. Cha mẹ lo cho tiên sinh không sống lâu được. Thế mà đến khi tiên sinh lên mười ba, mười bốn tuổi, thân tâm hốt nhiên biến hóa, trí tuệ quang minh, gây cho tiên sinh cái nguyên động lực sau nầy phát minh ra phép tĩnh tọa.

Tiên sinh sưu tập tất cả các phép tu dưỡng về tinh thần của các nước Âu Mỹ, dung hòa với các tinh túy các tôn giáo Á Đông để so sánh nghiên cứu. Đến năm Minh Trị thứ 32 tiên sinh sang tận các nước Âu Mỹ để khảo sát, đến khi trở về nhân cái học thực nghiệm của mình, sáng lập ra phép tĩnh tọa.

Cân nhục tiên sinh phát đạt một cách viên mãn

Trước kia, tiên sinh vốn là người nhỏ thó; khi sang Âu Mỹ, chỉ cân được ba mươi cân là cùng.

Thế mà cách chẳng mấy năm, thân thể tiên sinh phát đạt đến cực điểm: tiên sinh ngồi như gấu, đi như hổ, tay, chân, lưng, bụng, gân cốt nẩy nở đều đặn rất đẹp. Thân thể tiên sinh sở dĩ phát đạt đến thế, không phải vì tiên sinh có luyện tập theo các nhà quyền thuật, mà chính chỉ nhờ theo có một phép tĩnh tọa đó thôi.

Bấy nhiêu, đủ biết cái linh diệu của phép tĩnh tọa ấy to tát như thế nào.

Thể cách hùng vĩ của tiên sinh

Tiên sinh, vì nhờ tĩnh tọa, bao nhiêu tinh lực dồn xuống đơn điền[24], nên đứng rất vững vàng như một cội lão thọ. Tiên sinh đứng, không có cái gì làm cho tiên sinh lay chuyển đặng. Dầu gặp phải những tay quyền thuật cũng không làm sao cho tiên sinh chuyển động hay té ngã. Tiên sinh thường nói: “Nếu tôi ngồi xe, rủi xe lật đổ, cũng không làm sao ngã tôi cho đặng.” Cái công phu ấy cũng do phép tĩnh tọa mà nên vậy.

Cách sinh hoạt đồng hóa với tự nhiên của tiên sinh

Tiên sinh không phải sống theo chủ nghĩa khắc kỷ, cấm dục. Cấm dục, khắc kỷ đều là những phương pháp ức chế cái tiểu ngã. Còn tiên sinh thì lại không đếm xỉa gì đến tiểu ngã, chỉ trọng đại ngã thôi. Tôn chỉ của tiên sinh là bỏ cái tư ngã của mình đi, để đem mình đồng hóa cùng vạn vật. Cái chỗ mà thường nhân cho là vô vị, tiên sinh cho là hứng vị. Chỗ mà thường nhân

cho là khổ cực, tiên sinh cho là sung sướng. Chỗ mà thường nhân lo sợ âu sầu, tiên sinh cho là thản nhiên tự thích. Đó là một chỗ bảo: cùng với tự nhiên mà đồng hóa. Lối sinh hoạt ấy, nếu là bực thường nhân mà xen vào, tất sẽ cho là khổ hạnh. Nhưng khổ hạnh là khi nào tâm ý cùng với tự nhiên đối chọi. Ở đây, cách sinh hoạt của tiên sinh không có chỗ nào nghịch lại với tự nhiên cả, mà chính là cùng với tự nhiên đồng hóa.

Tiên sinh không tin có bệnh

Cách sinh hoạt của tiên sinh đồng hóa với tự nhiên cho nên tiên sinh không tin có bệnh.

Bệnh là gì? Là cái kết quả trái với luật tự nhiên nên mới mất cái hạnh phúc viên mãn phát dục đi. Tĩnh tọa là cái phương pháp sinh hoạt thuần theo tự nhiên của tạo hóa. Bởi vậy, người theo phép tĩnh tọa mà sinh hoạt không tin có bệnh.

Tiên sinh không tin có chết

Tiên sinh cũng không tin có chết nữa. Theo sinh lý cái chết không nên gọi là chết, mà phải kêu là "thục" nghĩa là "chín mùi". Chết, tức là cái cơ phát dục đã đến cõi hoàn toàn.

Hoặc chưa đến chỗ thành thục. Chưa đến thành thục mà chết, cũng như quả cây chưa phát dục hoàn toàn mà rụng, là cái chết không tự nhiên rất thống khổ. Đó là triệu chứng mình chưa tới nhân cách hoàn toàn. Cái chết của người hoàn toàn chỉ là một cái nhân cách đã thành thục đến cực điểm mà thôi. Cái chết ấy bất quá như ta đi ngủ, nào đâu có gì phải đau khổ. Cái khí tượng của tiên sinh bao giờ cũng vẫn tươi tỉnh, là vì cái nhân cách của tiên sinh luôn luôn hoàn toàn đến cùng cực.

Bởi vậy, muốn đạt đến cái mục đích ấy chỉ có phương pháp tĩnh tọa mà thôi.

Nhân cách chân không

Nhân cách chân không, tức là chỗ chí cực của tu dưỡng.

Theo tiên sinh thời cái yếu điểm của tu dưỡng là cốt đạt thành cái tư cách "chân không".

Tĩnh tọa pháp không phải chỉ để tìm sự khang kiện về vật chất mà thôi, nó còn có một mục đích tối cao tối diệu hơn nữa là tạo cho mỗi người của chúng ta cái nhân cách "chân không". – Phàm con người trên thế, cái chân hạnh phúc không phải nơi phú quí, cũng không phải nơi quyền thế, danh dự: mà chỉ nơi chỗ phá cái "ngã chấp"[25] của ta đi, cùng vạn vật hòa làm một

thể: kẻ thường nhân thì chỉ biết chìm đắm trong vòng danh lợi, lo quanh nghĩ quẩn khiến cho tâm khí mất bình hòa, tinh thần hỗn trược. Thân thể vì đó lần lần kém cả cơ năng, khí huyết vì đó lần lần mất sự điều hòa. Bên trong hỗn loạn, ngoại tà nhân đó mà xâm vào. Phàm các bệnh tật đều do đó mà sinh ra. Nếu trong lòng giữ được sự thản nhiên điềm đạm thì thân thể tất nhiên cường tráng. Bởi vậy mới nói: chỗ chí cực của phép tĩnh tọa là cốt ở sự quên mình, khiến cho lòng được "chân không". Chân không, là không tin có bệnh, không tin có chết; chân không, là không biết sợ cái gì cả. Đến cái bản ngã của mình mà không thèm đếm tới, thời còn cái gì nữa mà phải sợ. Lòng đã chân không, thời hòa bình tự tại, vật ngoài không còn lay động gì nữa đặng. Cứ theo được như thế mãi, thời sẽ sạch hết tư dục, tâm hồn trong trẻo, thân tâm càng ngày càng tiến lên đến ưu mỹ. Trong lòng hòa bình, thời tinh thần linh mẫn, cơ thể cường tráng, tính cách hoàn toàn.

Dẫu xử vào những cảnh bần cùng, muôn phần cay đắng, ngàn nỗi truân chuyên, mà giữ được tấm lòng hòa bình thì khổ hóa sướng, buồn hóa vui, cũng không có cái gì làm bận đến lòng mình được. Được vậy, cũng nhờ nơi công phu tĩnh tọa.

Bởi thế, những ai đến yết kiến tiên sinh, đều thấy vẻ mặt của tiên sinh bao giờ cũng tươi tỉnh như hoa buổi sáng, hòa nhã như gió mùa xuân.

Cái chân nghĩa của phép tĩnh tọa là không chủ ở sự cầu cạnh, ao ước gì cả. Tĩnh tọa mà còn mong vọng niệm, cầu sự khang kiện, thời không sao đạt đến được cái diệu cảnh của phép tĩnh tọa. Cái hiệu quả của tĩnh tọa thuộc về phương diện tinh thần, đã chẳng những trừ được tà niệm, tuyệt bỏ vọng tưởng, mà lại còn phá được ác tập, nuôi thành đởm lực khiến cho tinh thần bao giờ cũng hoạt bát, điềm đạm dầu gặp phải việc to tát khó khăn đến đâu cũng xem như thường.

Tóm lại, tĩnh tọa chẳng phải chỉ ở có một sự kiện khang mà thôi. Cực chỉ của phép tĩnh tọa, là cốt nuôi thành cái nhân cách "chân không", tinh thần sáng suốt. Nhân có được cái tinh thần ấy, khí huyết tự nhiên mới điều hòa, thân thể phát dục, đó là cái lẽ đương nhiên có gì lạ. Lấy quả làm nhân, lấy nhân làm quả, là chưa hiểu được tới nguyên lý của phép tĩnh tọa vậy.

Phương pháp tĩnh tọa

Muốn nhập môn phép tĩnh tọa trước hết cần phải biết hai cái yếu nghĩa nầy:

Một là: tư thế ngay chánh.

Hai là: hô hấp điều hòa.

Những điều kiện nầy, trong phép tĩnh tọa, không xem là hai được, vì thiếu một, tĩnh tọa không được hoàn toàn.

---

a) Bàn về tư thế

1. Quì hai gối. Hai ngón chân cái để chồng lên. Hai gót chân xòe ra. Ngồi lên bọng chân.
2. Đầu thẳng. Đôi mắt hơi nhắm. Miệng ngậm cho kín.
3. Hai tay buông trước gối. Tay mặt nắm lấy tay trái, hai ngón cái để tréo lại.
4. Xương sống phải cho thật thẳng. Nếu hơi cong cong khòm khòm, là có hại cho sự điều khí.
5. Bụng, nên ưỡn ra đằng trước.

NÊN NHỚ: – Khi mới tập, ngồi như thế, có hơi khó chịu, có khi tê mỏi. Vậy, duỗi cẳng ra cho bớt mỏi, không sao. Tập lâu sẽ thành thói quen, rồi cũng không tê mỏi nữa.

---

b) Hô hấp

1. Khi hút vào, thì phình bụng ra; khi thở ra, thì hót bụng vào.
2. Thở, hút, phải từ từ. Đừng vội vàng. Cần hơi cho dài, nhưng đừng rán sức.
3. Thở, hút cốt cho đều đều là quí, đừng quá dùng sức. Phải cho thơ thới. Lâu dần, hô hấp sẽ nhẹ nhàng và dễ dàng.

Tâm cảnh trong khi tĩnh tọa

1. Trong lúc tĩnh tọa, đừng lo gì, cũng đừng cầu vật gì.
   Chớ cầu hết bệnh, cũng đừng cầu kiện khang; nhứt thiết việc gì cũng không nên tư vọng.
   Thậm chí sự vô niệm, cũng không nên cầu. Nếu còn cầu vô niệm, thì ắt không thể nào vô niệm đặng.
   (Chính là chỗ mà trước kia, tôi đã nói: phải tập làm mà không mong đến kết quả của việc làm).[26]
2. Trong lúc tĩnh tọa, đừng cho tai nghe việc gì Tuyệt hẳn với ngoại giới, để cho lòng trống không, tâm phẳng lặng. Khó thật, nhưng không phải

không làm đặng.

Sự dao động thân thể trong khi tĩnh tọa

Trong khi tĩnh tọa, lâu ngày sẽ thấy thân thể dao động. Đừng lấy làm lạ, đó là cái động lực phát minh trong thân thể. Cái hiện tượng dao động ấy, tuy bản tánh và cơ thể của mỗi người mỗi khác; đừng lo sợ, hãy để tự nhiên như vậy.

Thân thể dao động, đừng sợ; mà không thấy thân thể dao động, cũng đừng lo. Thấy dao động là tự nhiên, thì không thấy dao động cũng là tự nhiên, không thể cầu mà được. Cố nên "thuần để theo tự nhiên"[27], đừng dụng đến sức người.

Thời gian tĩnh tọa

1. Mỗi ngày tĩnh tọa một lần. Trước khi ngủ. Buổi sáng mới dậy, hoặc buổi trưa. Bất luận giờ nào khác cũng được.
2. Mỗi khi tĩnh tọa, nên chịu khó ngồi ba mươi phút là ít hơn hết. Càng ngồi được lâu chừng nào, càng quí chừng nấy.
3. Phải chuyên tâm hằng ngày, không nên gián đoạn. Một tháng như một ngày; một năm như một tháng. Tĩnh tọa là phẩm cách của con người, nó là tu nghiệp của suốt một đời. Cho nên dầu có tập đã lâu ngày mà chẳng thấy có hiệu quả gì, cũng không nên nóng nảy. Phải kiên tâm mãi không thôi, rồi sau sẽ thấy kết quả.

Kết quả thấy sớm hoặc chậm, ta không nên bận lo đến.

Ta há quên rằng: tĩnh tọa chẳng những vô tưởng, vô niệm, mà lại tuyệt nhiên vô cầu nữa hay sao?

Ta hãy để mặc tự nhiên mà thôi.

Kết luận

Yếu điểm của tĩnh tọa pháp, bao giờ cũng lấy “trong lòng bình hòa” làm yếu điểm. Tâm mà được bình hòa rồi, thì thân ắt nhân đó mà cũng được bình hòa. Cho nên, con người mà còn đau yếu bệnh tật là tại nhân cách của mình chưa lên tới bực ưu mỹ, chưa được hoàn toàn vậy. Không cần cầu nghĩ đến kiện khang mà kiện khang ắt đến. Kiện khang không phải là cái gốc tĩnh tọa, mà là cái ngọn. Gốc vững thì ngọn tốt. “Bổn lập nhi đạo sinh”.

II. ĐIỀM ĐẠM CÁCH NGÔN

1. Khí tượng như chim phụng hoàng liệng trên mây xanh thì những lợi hại cỏn con không động được tâm nữa.
2. Nuốt đặng cái cay đắng trong cái cay đắng mới làm được hạng người trên loài người.
3. Thân ở trong muôn loài, tâm ở trên muôn loài.
4. Kẻ sĩ mà còn quyến luyến những sự thuận tiện yên vui cho xác thịt thì tâm lụy, chí hèn, không đáng gọi là kẻ sĩ.
5. Ta có tai, mắt ta nghe, ta trông; ta có tâm tư, ta suy, ta nghĩ; ta đối với người xưa, có lúc ta thờ như thầy, có lúc ta kính như bạn, cũng có lúc ta kình địch không chiu. Ta theo lý, nhất quyết không làm tôi tớ cổ nhân. —*Lương Khải Siêu*
6. Yên vui, thư nhàn là thuốc độc, không nên quyến luyến ham mê.—*Tả Truyện*
7. Nghe lời chê bai mà giận là làm ngòi cho người gièm pha; nghe câu khen ngợi mà mừng là làm mồi cho người nịnh hót.—*Văn Trung Tử*
8. Ở đời cái gì thung dung thì còn mà cấp bách thì mất; việc mà thung dung thì có ý vị, người mà thung dung thì thường sống lâu.—*Lữ Khôn*
9. Tâm không bình, khí không hòa thì nói hay lầm lỗi.—*Hứa Hành*
10. Điều dưỡng cái khí lúc đang giận; đề phòng câu nói lúc sướng mồm; lưu tâm sự lẫm lúc bối rối; biết dùng đồng tiền sẵn sàng.—*Uông Thụ Chi*
11. Nói đương sướng hả mà nín ngang được; ý đương hớn hở mà thu hẳn lại được; tức giận, ham mê đương sôi nổi, nồng nàn mà tiêu trừ biến mất được; không phải là người kiên nhẫn thì không tài nào được như thế.—*Vương Thủ Nhân*
12. Ít sắc dục để nuôi tình, ít ngôn ngữ để nuôi khí, ít tư lự để nuôi thần. —*Tuân Sinh Tiên*
13. Những cách làm cho sống lâu: Từ, Kiệm, Hòa, Tĩnh, thì Tĩnh là cao siêu hơn hết.—*Cổ Ngữ*
14. Biết người ta dối mà không thèm nói ra miệng, phải người ta khinh mà không thèm giận ra mặt, như thế thì có ý vị vô cùng và thụ động vô cùng.—*Súc Đức Lục*
15. Nhịn điều người ta không thể nhịn được, dung điều người ta không thể dung được, chỉ có người kiến thức và độ lượng hơn người mới được như thế.—*Trình Di*
16. Làm nhà bên đường, gặp ai cũng bàn, thì ba năm không xong.—*Tào Bao Truyện*
17. Người mà tính khí thất thường, suốt đời không làm nên được việc gì.—*Tăng Quốc Phiên*

18. Có yên tĩnh mới nẩy ra tinh thần, có tinh thần mới nẩy ra trí lực.—*Hồ Lam Đức*
19. Mặt trời đứng bóng thì xế, mặt trăng đã tròn thì khuyết: vật gì thịnh lắm thì suy.—*Thái Trạch*
20. Tâm địa bình tĩnh thì tự nhiên khoan khoái công minh.—*Trình Hiệu*
21. Phàm việc đã tốt mà cho tốt quá, nhiều khi hay hỏng.—*Tạ Tôn Phương*
22. Người tri túc không vì lợi mà lụy thân.—*Trang Tử*
23. Người ta mà nóng nảy, nông nổi, hẹp hòi thì xử việc, việc hay hỏng, tiếp người, người hay giận, mà chính mình cũng phải thiệt thòi.—*Lữ Khôn*
24. Người đã biết nuôi chí thì không nghĩ đến hình.—*Trang Tử*
25. Ai mà thân được nhàn rỗi thì chí thường hẹp hòi.—*Gia Ngữ*
26. Người sinh ở đời, nếu trong lòng không tự đắc thì đi đến đâu mà chẳng khổ; nếu trong lòng thản nhiên thì đi đến đâu mà chẳng sướng.—*Mã Tồn*
27. Chớ đem vọng tưởng mà làm hại chân tâm; chớ đem khách khí mà làm hại nguyên khí.—*Hồ An Quốc*
28. Ba vạn sáu ngàn ngày là mấy, nếu chẳng để cho thâm tâm yên lặng đặng một lúc, nghĩ cũng đáng thương.
29. Đá đập được mà không làm mất được tính rắn; son mài được, mà không thể làm mất được sắc đỏ.—*Lữ Thị Xuân Thu*
30. Lửa bốc lên cao, nước chảy xuống thấp, thế mà bao giờ lửa cũng thua nước.
31. Người ta ở đời, đối với loài người mà gặp phải kẻ xử với mình một cách ngang ngược, thì nên coi như mình đi trong bụi rậm vướng phải gai, chỉ nên thong thả đứng lại, gỡ dần ra mà thôi. Gai góc kia có biết gì mà đáng giận?
    Xử được như thế, thì tâm mình không phiền não mà bao nhiêu nỗi oán hận cũng tiêu tan.
32. Lấy oán báo oán, oán oán chập chồng. Lấy đức báo oán, oán ấy tiêu tan. —*Thích Ca*
33. Ta nên coi những sự ngang ngược phạm đến ta như chiếc thuyền không lỡ đâm phải ta; như cơn gió dữ lỡ tạt nhằm ta, ta nghĩ cho cùng thì có gì đáng giận.—*Mạnh Tử*
34. Than van, khóc lóc khẩn cầu đều là khiếp nhược.—*A. de Vigng*
35. Kẻ nào biết xem bằng một cặp mắt vô tư, kẻ xấu như người tốt, kẻ thù như người thân, kẻ lạ như người quen, kẻ ấy là người đã vượt thoát kẻ khác rất xa trên con đường đạo đức vậy.—*Bhagavad Gita*
36. Khi nào ta không còn cảm thấy bị bận mắc trong các sự vật hữu hình, cũng không còn bận mắc trong hành vi hay trong tưởng tượng của dục tình nữa, chừng ấy ta mới gọi là hoàn toàn đặng.—*Bhagavad Gita*

37. Còn ham muốn một kết quả cho hành vi là còn nô lệ lấy ngoại vật. —*Bhagavad Gita*
38. Làm mà mong cho Nên, thì tất phải sợ Hư. Chưa nên mà đã lo hư, nên rồi còn phải lo giữ: hành vi ấy là hành vi nô lệ.
39. Làm chủ lấy mình và luôn luôn điềm tĩnh.
    Vui buồn, sướng khổ, ấm lạnh, nhục vinh đều xem như nhau;
    Biết xem cục đất như hòn vàng, cục đá như hòn ngọc;
    Đối với một kẻ thân như người sơ, kẻ nghịch như người bạn;
    Không nô lệ một hy vọng hay một dục vọng nào;
    Đối với vạn vật đều xem như một.—*Bhagavad Gita*
40. Những điều không thể tránh khỏi, đừng để cho nó bận lòng mình.
41. Một thân thể không đau, một tâm hồn không ghẻ lở: chân hạnh phúc của con người chỉ có bấy nhiêu thôi.—*Epicure*
42. Được thì tự cao, mất thì điên đảo, đó là tâm hồn của đứa tiểu nhân. —*Gnomol*
43. Điều chỉnh đời mình theo thiên nhiên thời không bao giờ nghèo; điều chỉnh đời mình theo dư luận của con người, thời không bao giờ giàu. —*Sénèque*
44. Lúc cần phải trở lại với tâm hồn mình, là lúc bị áp bách phải chen lộn với quần chúng.[28]—*Sénèque*
45. Tự túc, là đã được một thứ của quí vô giá: tự do.—*Epicure*
46. Tìm được sự yên ổn về phần vật chất đâu có ích gì, nếu khi nghĩ đến cái chết, cái khoảng mênh mông vô tận của trời đất mà trong lòng hãy còn run sợ?—*Epicure*
47. Kẻ thấy nghèo không sợ, thấy khổ không nao là người không ai khiếp-phục được.—*Epicure*
48. Không có cái gì làm cho vừa lòng được cái người đã có đủ mà cứ tưởng cho mình còn thiếu thốn mãi.—*Epicure*
49. Hễ muốn, tất sẽ được.—*Voltaire*
50. Với một tấm lòng can đảm, không có gì gọi là khó cả.—*Jacques Coeur*
51. Nản lòng thối chí, không còn gì đáng sợ hơn nữa: đó là sinh lực đến thời tàn tạ.—*Sénèque*
52. Kẻ nhẫn nại quí hơn người dũng sĩ: kẻ làm chủ được tâm hồn mình hơn kẻ thâu thành cướp lũy.—*A. Kempis*
53. Nước chảy đá mòn.—*Franklin*
54. Giá trị thật của con người ở nơi nhân cách, không phải ở nơi của cải. —*Blackie*
55. Hay nóng giận, nản lòng là triệu chứng của một tâm hồn yếu đuối. —*Plutarque*
56. Bị người nhục mà giận, là đem cái lỗi của người mà hành hạ báo thù mình.—*Swift*

57. Mỗi khi Socrate thấy trong lòng chao động sự nóng giận muốn khởi lên, ông liền thay đổi sắc cho tươi cười, giọng nói êm dịu, nhờ đó ông được tâm hồn luôn luôn bình thản.—*Plutarque*
58. Kẻ bị sỉ nhục, dùng sỉ nhục để báo thù, có khác gì người sỉ nhục họ kia không? Chẳng qua là những kẻ cùng làm quấy như nhau, nhưng chỉ kẻ trước người sau mà thôi vậy.—*Tertullien*
59. Thóa mạ là những lý lẽ của bọn lầm lỗi.—*J. J. Rousseau*
60. Mình bị phải sự bất công của một kẻ dữ: hãy tha thứ cho nó đi, để cho mình với nó khỏi làm hai đứa dữ.—*Saint Augustin*
61. Ít nói, không phải là nói ít, mà là đừng nói những điều vô ích. —*Francois Salle*
62. Biết làm thinh quí hơn biết nói.—*Ambroise*
63. Lắm khi lời nói ra, như mũi gươm ngược lưỡi đâm mình.—*Plutarque*
64. Những điều chưa nói, mình làm chủ nó; nói ra rồi, mình là tớ nó. —*Imitation de J. C.*
65. Tạo hóa sanh ra con người có hai lỗ tai và một lỗ miệng, là để cho ta tập nghe nhiều hơn nói.[29]—*Nabi Effendi*
66. Phải dùng lời như dùng vàng bạc vậy.—*Joubert*
67. Người quân tử chỉ có cúi đầu trước lương tâm của mình thôi: nhưng lương tâm ấy, trên thế gian nầy, không ai làm chủ nó được.—*Wagner*
68. Tự do không bao giờ đi chung với yếu đuối.—*Vauvenargues*
69. Một chiếc ghe trên con sông, có thể hoặc tự để trôi theo dòng nước; hoặc chèo ngược, bơi ngang, tùy ý.
    Con người, đối với sức lôi cuốn của sự vật cũng một thế. Tự Do ở nơi đó và chỉ có bao nhiêu đó mà thôi.—*Thiers*
70. Không được tự do, mà tưởng mình đã được tự do, không có nô lệ nào đau đớn bằng.—*Goethe*
71. Không tự do, đời chỉ là một guồng máy thôi.—*Lacordaire*
72. Không nên có cái gì dư.—*Solon*
73. Không bao giờ nâng cao tâm hồn được, nếu không lo giải thoát nó. —*Socrate*
74. Tâm hồn, như con chim, càng lên cao chừng nào, càng khoan khoái chừng nấy.—*V. Hugo*
75. Nếu gọi giàu, kẻ không thiếu thốn gì cả, thì người giàu nhất chỉ có người quân tử thôi.[30]—*La Bruyère*
76. Không có cách nào báo thù những kẻ làm ác với mình hay bằng cách nầy: đừng giống họ.—*Marc-Aurèle*
77. Biết yêu kẻ đã xúc phạm mình, đó là hạnh phúc của người quân tử.
    Muốn được vậy, phải biết nghĩ rằng: Những kẻ ấy là họ hàng thân thích mình; – Những kẻ ấy phạm lỗi, là vì không biết chớ không phải là cố ý;

– Những kẻ ấy rồi chẳng bao lâu cũng cùng với ta mà chết cả; – Mà thứ nhứt, những kẻ ấy không có làm thiệt hại cho mình chút gì cả, bởi họ không từng làm cho tâm tính mình hư đi được.—*Marc-Aurèle*

78. Cái thuật ở đời, giống như phép đấu võ hơn là phép khiêu vũ; phải vững chân mà đứng, sẵn sàng đợi sự bất ngờ nó vụt đến.—*Marc-Aurèle*
79. Con mắt lành thì vật gì cũng phải trông thấy được, chứ không thể nói: "Tôi chỉ trông một sắc xanh thôi", vì thế là con mắt mình đã hư rồi vậy. Cái tai lành, cái mũi lành cũng phải nghe được mọi tiếng, ngửi được mọi mùi. Tì-vị tốt thì đồ ăn nào cũng phải tiêu được, như cái cối xay lúa, thứ lúa nào cũng phải xay được.
   Vậy thời, cái óc thông minh bao giờ cũng phải sẵn sàng mà tiếp nhận lấy các sự vật xẩy ra. Chứ cái óc, chỉ biết nguyện: "Ước gì cho con cái ta được sống lâu", hay là "Ước gì cho việc gì ta làm cũng được thiên hạ khen", thời có khác gì con mắt chỉ muốn nhìn sắc xanh, cái răng chỉ muốn nhai vật mềm mà thôi đâu.—*Marc-Aurèle*
80. Người nào phiền não hay tức giận về việc gì, không khác con heo phải đem chọc huyết mà còn giẫy giụa, kêu la. Người nào nằm trên giường một mình mà lẩm nhẩm than cái nỗi phiền lụy ở đời cũng vậy. Phải biết rằng duy có kẻ có trí khôn biết lẽ phải, mới biết đem ý nguyện thuận theo những việc xẩy ra.—*Marc-Aurèle*
81. Có lẽ còn có một chốc lát nữa thời chết đấy; thế mà hiện nay trong lòng hãy còn chưa bình tĩnh, yên ổn, chưa thoát đặng cái lầm tưởng rằng ngoại vật có thể hại được mình, hoặc đem lại hạnh phúc, thật không còn gì ngao ngán bằng!—*Marc-Aurèle*
82. Cái xấu của mình, có thể tránh được lại không tránh; cái xấu của người không thể tránh được, lại cố tránh; thật cũng nực cười!—*Marc-Aurèle*
83. Hoặc có kẻ đứng bên cạnh cái suối nước trong và ngọt mà chửi rủa cái suối, cái suối vẫn chảy không ngừng, ném đất bùn, ném dơ bẩn vào, nó cuốn sạch đi ngay, không còn chút bợn lại. Làm sao cho trong người của mình cũng có một cái suối trong vô tận như thế. Là lúc nào cũng giữ cho trong mình được tự do, êm ái, bình tĩnh, khiêm hòa.—*Marc-Aurèle*
84. Nếu biết đem tư tưởng mà bao quát cả vũ trụ;
   Nếu biết nghĩ đến cái thời gian thiên cổ vô cùng tận;
   Nếu biết xét đến mỗi vật biến thiên mau chóng là dường nào; xét từng phần một, từ khi sanh ra đến khi chết, ngắn ngủi dường nào, mà cái thời gian trước khi sinh ra với cái thời gian sau khi diệt đi, bát ngát, mênh mông, không bờ không bến;
   Nếu biết thế, thời khỏi được lắm nỗi phiền lòng vô ích vì những cái danh lợi cỏn con; biết thế thì cuộc đời sẽ được thảnh thơi yên tĩnh. —*Marc-Aurèle*

III.

Quyển “Cái Dũng của Thánh Nhân” in lần đầu vào năm 1951 đã gây một dư luận khá sôi nổi. Nhiều độc giả gởi thư đến tác giả để chất vấn, để tán thành cũng có. Báo chí cũng có nói đến. Để mở rộng đường dư luận mà nhất là để độc giả hiểu rõ ý của tác giả hơn, dưới đây chúng tôi xin lục đăng 2 bài báo: một bài của ông Huỳnh Khắc Dụng bàn về quyển “Cái Dũng của Thánh Nhân”, đã đăng trong “Khoa học tạp chí” số xuân Nhâm Thìn, và bài của tác giả trả lời cho ông Huỳnh Khắc Dụng, đăng trên tuần báo “Thế Giới” số 77, 78, 79.

(Nhà xuất bản)

Bàn về quyển “Cái Dũng Của Thánh Nhân”

Nhà sách P. Văn Tươi vừa cho xuất bản một quyển sách do ông Nguyễn Duy Cần viết, nhan đề “Cái Dũng của Thánh Nhân”.

Sách dày hơn 150 trang, trình bày khéo léo, ấn loát kỹ càng.

Tác giả đã ra công rút các tinh hoa trong sách Á Âu để giải một cách rành mạch cái “Dũng” của thánh nhân.

Sau khi cử nhiều ví dụ, và kể những mẩu chuyện con con rất có duyên, ông Cần lại chỉ cho ta phương pháp để mong đến chỗ siêu việt ấy.

Dũng là mạnh, nhưng đây không phải sức mạnh của xác thịt, võ lực thiên bẩm hoặc do sự luyện tập cơ thể mà có. Đây là sức mạnh của tâm hồn, làm cho con người trở nên bực siêu nhân, sống tự do thư thái, với trọn nghĩa thanh cao của chữ “sống”.

Người dũng, dầu lâm vào trường hợp ngang trái, khó khăn đến đâu cũng một mực, không kinh, không giận. Lúc nào cũng tự chủ, thất tình bị kềm hãm bên trong; họ quan niệm cái bệnh, cái chết một cách thản nhiên, đứng trước nguy cơ, mặt không đổi sắc, tim không đập nhanh, đầu không choáng, trí rất bình, lượng sức mình mà đối phó với cảnh ngộ.

Muốn đạt cái dũng, phải dày công luyện tập cái tánh căn bản là sự điềm đạm.

Trong lúc xã hội ta đang vật lộn với nhiều ảnh hưởng tai hại lăm le tiêu diệt cái văn hóa cổ truyền tốt đẹp của ta, quyển sách ông Nguyễn Duy Cần mang đến cho tâm hồn người Việt Nam một nguồn an ủi và một mong mỏi nhiệt thành ở tương lai.

Hai văn hóa Á Âu đã gặp gỡ nhau trên dòng sông lịch sử, và dầu muốn dầu không, ai cũng phải nhận định sự ấy. Nếu hỏi tôi: sự gặp gỡ kia đã cấu tạo việc hay, hay việc dở thế nào trên non sông nước Việt, thật tôi sẽ luống cuống. Tôi sẽ mời các ngài ôn lại kết quả của sự Âu hóa trong nước ta. Đành rằng cái tinh túy của văn minh hai cõi giống nhau, nhưng cái vỏ ngoài khác hẳn. Một đàng thì háo động, một đàng lại háo tịnh. Hành vi, cử chỉ, lễ độ, nhứt nhứt đều trái ngược, làm cho kẻ không quen suy nghĩ phải phân vân, chẳng khác người nhà quê ra tỉnh, ngơ ngác không tìm được lối chánh mà đi.

Mấy năm sau nầy, do nhiều yếu tố hỗn hợp, chẳng những phong hóa nước ta bời rời, mà đạo đức nước ta cơ hồ trải qua một cơn khủng hoảng. Thay vào cái điềm đạm thời xưa, ta thấy cái náo động vô ý thức nó khiến cho ta mất thăng bằng, như con chim bạt gió.

Phải chăng là với thời gian, mọi sự đều tuân theo luật biến chuyển?

Thử hỏi có thể đem tư tưởng "tịnh" áp dụng cho một xã hội "động" được chăng?

Người đánh mình, mình cứ khư khư bất động được chăng, nếu mình cho rằng đối phương có một cử chỉ bất công?

Xét rằng vạn sự ở thế gian đều động chớ không tịnh, – tôi không tin phương pháp tĩnh tọa sẽ dắt ta đến tánh điềm đạm và từ chỗ ấy, đến cái Dũng của tâm hồn.

Đọc quyển sách của ông Nguyễn Duy Cần, không phải vô bổ, vì ở đời, tốt hơn vững tin nơi năng lực tiềm tàng của ta, hơn là ỷ lại vào người.

Thấu lẽ mọi vật của ngoại cảnh, ta hãy cố điêu luyện dung hòa tâm với vật, và sống, để điều khiển con tâm cho ngay chánh. Như thế, ta mới có cơ hiểu luật điều hòa của vũ trụ.

Vì chưng loài người không thống trị được con tâm, không dìm được thú tánh, mới có chuyện tham tàn, xô xát, giết hại lẫn nhau, mới có mạnh hiếp yếu, gây thế giới chiến tranh, chung quy cũng tại mất thăng bằng bên trong vậy.

Kết luận, nếu mọi người hun đúc được cái dũng của thánh nhân, thì xã hội sẽ đến đại đồng sống trong nhung lụa, giữa hòa bình, trật tự và an ninh, sẽ là một xã hội lý tưởng.

Nhưng tôi vừa viết: "Nếu"

Huỳnh Khắc Dụng
"Khoa học tạp chí"

Cuộc tranh luận giữa hai nhà văn về sức mạnh của tâm hồn và bạo lực

Dưới đây là bức thư không niêm của ông Nguyễn Duy Cần viết để trả lời ông Huỳnh Khắc Dụng về quyển sách "Cái Dũng của Thánh Nhân" của ông.

Chúng tôi xin đăng nguyên văn và nhường phần phán đoán cho bạn đọc.

Lời tòa soạn Tuần báo THẾ GIỚI

Kính Anh,

Rất cám ơn cái nhã ý của anh đã trình bày quyển sách của tôi với những lời phê bình nồng hậu trong lúc nó đang bị trầm ngâm trong bầu không khí thờ ơ lạnh lẽo của các thức giả Sài thành.

Rất tiếc trong bài giới thiệu ấy[31] có vài khoản hoài nghi mà tôi tưởng có phận sự phải trả lời để bày tỏ ý tưởng của tôi được đầy đủ rõ ràng hơn trong khi tôi chưa có cơ hội đề cập đến.

Anh hỏi: "Người đánh mình, mình cứ khư khư bất động đặng chăng nếu mình cho rằng đối phương có một cử chỉ bất công".

Câu ấy có thể gieo vào lòng độc giả một sự hoang mang, hơn nữa một ngộ nhận rất tai hại cho quyển sách của tôi: người ta sẽ hiểu nó là một lối tư tưởng dạy làm người khiếp nhược, khư khư cúi đầu chịu đựng mọi nỗi ngang trái trong đời với một cử chỉ hèn nhát Không bao giờ có thể giải thích câu "nhu thắng cang, nhược thắng cường" một cách hình thức như thế được. Nó là một phương pháp tranh đấu kia mà, là một lối tranh đấu ráo riết dùng sức mạnh của tâm hồn hơn là dùng bạo lực.

Quyển sách tôi chỉ có một mục đích thôi: đào tạo cho mỗi một người của chúng ta cái tinh thần điềm đạm. Còn vấn đề hôm nay thuộc về một vấn đề ở ngoài phạm của nó: áp dụng phương pháp nhu nhược thắng cang cường một vấn đề mà tôi đã dành ở nơi một quyển sách khác sắp xuất bản nay mai.[32]

Tôi đã định nghĩa cái Dũng của Thánh nhân như thế này: bất kỳ là ở vào cảnh nguy hiểm nào cũng không biết sợ. Gọi là cái dũng của Thánh nhân là để phân biệt với cái dũng của thất phu, chỉ biết dùng cường lực để đối phó hay lung lạc con người. Không biết sợ bất cứ là ở vào trường hợp ngang trái nào, đâu phải có thể hiểu là khư khư bất động (immobile, inerte) mà phải biết cho đó là một sự điềm tĩnh (calme) để đối phó có hiệu quả hơn. Vả lại anh cũng đã nhận thấy lẽ ấy trong khi anh viết: "Người dũng đứng trước nguy cơ, mặt không đổi sắc, tim không đập mạnh, đầu không choáng, trí rất bình, lượng sức mình mà đối phó với cảnh ngộ". Thế thì sao lại có thể hiểu lầm người như thế là người khư khư bất động (khi người ta đánh mình!)

A. Trước hết, tôi xin anh để ý đến cái đặc điểm nầy của sách triết học Á đông, nhứt là của phái Lão Trang mà tôi đã dùng làm cơ sở cho quyển sách của tôi.

Triết học Lão Trang là một triết học thoát thai nơi Dịch Kinh, lấy mâu thuẫn của âm dương làm trụ cốt. Dịch có nghĩa là biến, nghĩa là một thứ triết lý động chứ không phải tịnh Nó hơi giống với cái học Biện chứng của Âu châu ngày nay. Cho nên phàm hễ nói đến âm là đã có dương, nói dương là đã có âm, nói đến tịnh là đã có động, nói đến động là đã có tịnh, không bao giờ nên hiểu theo cái nghĩa triệt để một mặt mà thôi được. Tôi có trích dẫn Trang tử, nơi trang 112[33] đoạn nầy: "Mỗi mỗi đều có 2 phương diện; muốn có phải mà không có quấy; muốn có trị mà không có loạn là chưa rõ cái lý của trời đất Ấy là mơ âm mà không dương, hai phương diện đồng có của mỗi vật. Muốn phân hai phương diện tương đối ấy ra như hai vật có thật riêng ra thì là vu phản, nếu không phải là ngu xuẩn " Người ta thường thấy sự vật có một bề, nào có dè sự thật nào cũng có mâu thuẫn ẩn trong. Họ quên rằng không mâu thuẫn thì sự biến chuyển đều ngưng cả thảy hay sao? "Nhu trung hữu cang, nhược trung hữu cường" người rành triết học Á đông nhứt là Trang Lão đều không bao giờ ngộ nhận nhu nhược ở đây là khư khư bất động được.

Sách Lão Tử thường có những câu như thế nầy: "Thông minh duệ trí, thủ chi dĩ ngu; dũng lực chấn thế, thủ chi dĩ khiếp" (Mình là bực thông minh trí thức hơn người, hãy làm như kẻ ngu; mình là kẻ sức mạnh rung rinh thiên hạ, hãy làm như người nhát). Cái đạo "hậu kỳ thân nhi thân tiên; ngoại kỳ thân nhi thân tồn" của ông trong thiên hạ có những bực đại trí như Trương Lương, Phạm Lãi mới học được thôi. Bực trí mà như cỡ Hàn Tín, Văn Chủng cũng không sao hiểu kịp. Những lối tư tưởng ấy, ta không nên hiểu nó một cách hình thức như phần đông xưa nay đã hiểu

Bởi hiểu hình thức (formel) mà không chịu hiểu theo biện chứng (dialectique) những tư tưởng của Á đông nên phần đông người Âu châu khi đọc triết học Á đông, cho Á đông có một lối tư tưởng tịnh gần như bất động (inerte) theo cái nghĩa hình thức và có một bề của nó.

Huống chi anh cũng đã có nhận "sự vật luôn luôn động chứ không tịnh", nghĩa là anh cũng quan niệm sự vật theo biện chứng, lẽ dĩ nhiên anh cũng nhận luật mâu thuẫn trong sự vật chứ! Cớ sao lại còn nói "Tôi không thể tin phương pháp tĩnh tọa sẽ dắt ta đến tánh điềm đạm và từ chỗ ấy đến cái dũng của tâm hồn"? Có lẽ nào quen quan niệm sự vật theo biện chứng như anh mà lại không thể tin được rằng trong cái tĩnh cũng có cái động, mà "tịnh cực thì động sanh" hay sao?

Thế thì, câu hỏi của anh về phép tĩnh tọa cũng có thể gọi trả lời tạm dứt khoát rồi vậy. Tôi đã nói: " cái đó đã cao xa mà uyên áo không phải ai ai cũng hiểu được và làm được. Nếu ta chưa từng vào đó thì đừng nên vội phê bình nó một cách cẩu thả như phần đông đã làm".[34] Chưa vào trong đó, mà vội cho nó là không thể tin được thì không khác nào bảo võ Judo làm cho người yếu thắng một người mạnh là không thể tin được trong khi mình chưa tập luyện đến môn võ ấy vậy.

B. Trong phép tranh đấu có hai cách: dùng cương cường chế cương cường hoặc dùng nhu nhược chế cương cường.

Dùng phép *cương* hay phép *nhu* đều có những nguyên tắc riêng của nó. Dùng sai đều nguy cả.

Phép cương chế cương là một phương pháp thô sơ tạm bợ, chỉ dùng trong những trường hợp bất đắc dĩ thôi, vì một khi đã dùng cường lực chế trị cường lực rồi, dầu cường lực của đối phương tan rã cũng vẫn còn lưu lại cái thù oán ngấm ngầm và sẽ nổ bùng một ngày kia khi mà lòng oán hận đến mực mùi rồi Cái đà quá mạnh của bên dùng cường lực, nếu bên yếu biết lợi dụng một cách bình tĩnh, chắc chắn sẽ đem lại thắng lợi về mình không sai vậy, như trong phép đấu võ Judo của Nhật mà có lẽ anh cũng đã biết qua nguyên tắc: nhượng bộ để chiến thắng (céder pour vaincre). Chính Judo, là chữ Nhu đạo mà âm ra vậy.

Trong phép xử thế hằng ngày, tôi thường nhận thấy không biết bao nhiêu việc xảy ra không tốt chỉ vì thiếu điềm tĩnh trong một phút mà để ân hận suốt đời. Kẻ giàu kinh nghiệm sẽ thấy lời nói của tôi ở đây không quá đáng chút nào cả.

Bàn đến việc cầm quân cũng vậy. Binh thơ có nói: "Người ta rối loạn mà mình nghiêm chỉnh, người ta cấp bách mà mình nhàn hạ thì đánh đâu thắng đó". Câu nói thật là giản dị, nhưng có thể tóm tắt được tất cả cái thuật cầm quân, bất kỳ là ở vào thời buổi nào.

Bàn đến việc lớn cũng vậy. Chỉ có những kẻ trầm tĩnh mới có thể gánh vác nổi việc lớn trong thiên hạ mà thôi.

Câu chuyện Trương Lương và Hán Đế xưa kia há không đáng cho ta suy gẫm hay sao?

Trương Lương thấy Hán Cao Tổ còn do dự trong việc dùng Hàn Tín, bèn bảo: "Diệt cái vũ dũng của Hạng Vương trong thiên hạ không ai qua Hàn Tín. Việc lòn trôn của anh ta, chứng rằng anh là người biết tiểu nhẫn coi thường tiểu tiết để lưu cái thân hữu dụng về sau. Những kẻ vũ phu tiểu khí, cũng như mọi người ắt đã đem cái thất phu chi dũng để thỏa mãn cái huyết

khí chi nộ của nhất thời rồi Những kẻ như thế mà đem tánh mạng thiên hạ giao cho thì nguy. Nếu Chúa công muốn tìm những kẻ tai sai dưới trướng và sức mạnh địch nổi muôn người, thì kẻ dũng sĩ trong thiên hạ tôi chở về cho Chúa công mấy xe cũng có. Nhược bằng muốn dùng một người an bang tế thế, diệt Sở phá Tề, thì phi người đó không còn ai nữa”. Thật có đúng như thế, Sở Bá vương về sau trước khi chết phải ngậm ngùi ân hận, không biết nghe lời Phạm Tăng đến phải chết về tay một người mà mình tưởng lầm là khiếp nhược.

Đến như Hán Cao Đế, người đã khéo dùng đạo “hậu kỳ thân, nhi thân tiên”, thế mà lúc nghe Hàn Tín muốn xưng vương ở Tề, không giữ đặng sự bình tĩnh của mình, giận lộ ra sắc mặt Bấy giờ, nếu không có Trương Lương bấm chân, nhắc cho câu “tiểu bất nhẫn, tắc loạn đại mưu” mà phong vương cho Hàn Tín, thì có lẽ đại nghiệp của ông ta đã hỏng rồi. Hàn Tín, binh quyền trong tay, lại tài năng quán chúng mà sanh biến thì Cao Tổ ắt cũng khó mà tồn thân, lựa là làm xong đại nghiệp. Coi đó đủ thấy khí cương cường của Cao Đế đến đó cũng vẫn còn, xuýt chút nữa làm hư đại sự.

Bởi vậy Tô Đông Pha luận đến Trương Lương có bảo: Hán Cao Tổ sở dĩ lập nên nghiệp đế là nhờ nơi Tử Phòng dạy cho chữ Nhẫn.

Một câu chuyện nữa mà hiện nay cần nhắc đến để ta suy gẫm thêm, là câu chuyện giữa Liêm Pha và Lạn Tương Như. Lạn Tương Như được phong làm Tướng quốc. Liêm Pha cậy mình có nhiều công hơn mà lại bị đứng dưới, nên tức giận hăm he hễ gặp mặt Tương Như thì giết đi. Tương Như vì thế cứ lánh mặt mãi Một hôm Tương Như ra ngoài, gặp toán lính tiên đạo của Liêm Pha, vội sai tên đánh xe đi tránh vào trong ngõ, đợi Liêm Pha đi qua rồi mới đi ra. Bọn xá nhân thấy thế càng giận bèn hợp nhau hỏi Tương Như: “Chúng tôi bỏ nhà cửa, xa thân thích đến đây hầu Ngài, tức coi Ngài là bực trượng phu nên mến mà theo. Nay Ngài cùng Liêm tướng quân cùng hàng mà hạng thứ lại ở trên. Liêm nói dọa, Ngài đã không báo lại, đã tránh ở triều, nay lại tránh ở ngoài đường. Sao Ngài lại sợ quá thế vậy? Chúng tôi lấy làm xấu hổ, vậy xin đi không ở nữa”. Tương Như nói: “Các người xem Liêm tướng quân có hơn được vua Tần không?”

Bọn xá nhân đáp: “Không”. Tương Như nói: “Lấy cái oai của vua Tần, thiên hạ ai dám chống, mà Tương Như nầy dám mắng giữa triều đình, lại làm nhục cả quần thần nữa. Tương Như dẫu hèn, há lại sợ một Liêm tướng quân ư? Nhưng ta nghĩ Tần sở dĩ không dám đánh Triệu là vì e có ta và Liêm tướng quân. Nay hai con hổ tranh nhau, thề không cùng sống. Tần nghe tin, tất thừa cơ đánh Triệu. Ta sở dĩ chịu nhục tránh Liêm tướng quân là coi việc nước là trọng mà thù riêng là khinh vậy thôi.” Bọn xá nhân mọp lạy mà rằng: “Tiểu nhân chúng tôi trí hẹp làm gì hiểu nổi đại chí của Tướng Công”. Liêm

Pha khi nghe thuật lại việc làm của Tương Như, cả thẹn than rằng: “Ta thật kém Lạn Tương Như còn xa lắm”. Bèn đến tạ tội với Tương Như, quì mọp mà rằng: “Tôi tánh thô bạo, đội ân Tướng quốc bao dung, nghĩ lấy làm hổ thẹn quá”. Tương Như đỡ dậy, nắm tay cùng khóc và kết làm bạn sống chết với nhau.

Xem đấy đủ thấy, những bậc vĩ nhân làm nên đại sự đều là những người trầm tĩnh ung dung.

Những kẻ gặp nhục chỉ biết “tay tuốt gươm vươn mình xốc đánh” đều là những kẻ chưa đủ để bàn đến đại sự trong thiên hạ.

Giờ hãy bàn đến chuyện gần đây. Có lẽ anh còn nhớ câu chuyện Uy-hải-Vệ (Wei-hai-Wei)? Bấy giờ là năm 1894. Các đạo binh Nhựt vừa chiếm Hải cảng Uy-hải-Vệ làm cho Đức bất bình, vì Đức cũng muốn nhúng tay mình vào bản đồ của Trung Quốc, Đức cậy sức mạnh, gởi cho Nhựt một bức tối hậu thơ với những lời lẽ rất ngạo mạn như thế nầy: “Xin hãy triệt thối binh sĩ ra khỏi Uy-hải-Vệ trong 24 tiếng đồng hồ, bằng không, tôi lấy làm tiếc phải bị bắt buộc nhúng tay vào việc của các anh”. Đức bây giờ là một nước hùng cường, còn Nhựt đang ở vào thời kỳ thử lông thử cánh Nhựt suy nghĩ, điềm tĩnh và mỉm cười, – một cái mỉm cười đặc sắc của Á đông – nhượng bộ rút quân ra khỏi hải cảng đúng theo lời bắt buộc của bức tối hậu thơ.

Hai mươi năm về sau, vào năm 1914, Đức say sưa trong sức mạnh của mình, khai chiến với thế giới thì lại bị nước khác đi trước mình. Nước ấy là nước Nhựt. Lúc bấy giờ Nhựt chiếm một địa thế rất gần Uy-hải-Vệ, bèn đổi tên Uy-hải-Vệ làm Thanh-đảo, tìm lại bức tối hậu thơ năm xưa (1894), không thêm bớt một dấu phết nào cả, chỉ bôi cái tên cũ thêm vào cái tên mới thôi, gởi trả lại cho Đức và bắt buộc Đức “ hãy triệt thối binh sĩ ra khỏi Thanh đảo trong 24 tiếng đồng hồ, bằng không tôi lấy làm tiếc phải bị bắt buộc nhúng tay vào việc của các anh”.

Lẽ dĩ nhiên là Đức khôn ngoan riu ríu rút binh ra khỏi Thanh đảo một cách não nề.[35]

Nói về phương diện cách mạng, thì phép “nhu nhược thắng cang cường” lại càng thấy kết quả rõ ràng hơn trong cuộc giải phóng dân Ấn-độ do Gandhi điều khiển. Chánh sách đề kháng bất bạo động của Gandhi đã làm cho thế giới hết sức ngạc nhiên và thán phục. Để người ta nhao nhao nói: “Á đông nhu nhược! Á đông hèn yếu!…”

Đâu phải người ta không biết dùng bạo động, nhưng vì người ta cho đó còn là hạ sách. Gandhi “Nếu ta bị bắt buộc phải chọn một trong hai lẽ, khiếp nhược hay bạo động, thì tôi sẽ khuyên nên bạo động Tôi dạy sự yên lặng can đảm chịu chết hơn là giết người. Nhưng với những ai không có đủ cái can

đảm ấy, thì tôi muốn họ thà tập luyện thuật giết người, còn hơn là khiếp nhược chạy trốn một cách nhục nhã trước nguy cơ Tôi chịu thấy Ấn-độ dùng đến khí giới để binh vực danh dự mình hơn là khư khư khiếp nhược cúi đầu chứng kiến sự nhục nhã của mình Nhưng tôi biết chắc rằng bất bạo động còn cao hơn bạo động vô cùng; sự tha thứ còn hùng dũng hơn sự trừng phạt Bao dung là món trang sức của nhà chiến sĩ. Nhưng không trừng phạt mà sở dĩ được gọi là bao dung, khi mà mình có quyền hay có thể trừng phạt mà không thèm trừng phạt kìa. Bằng không thì nó không có ý nghĩa gì nữa cả Tôi tin rằng Ấn-độ không phải là vô lực. Một trăm ngàn người Anh làm gì mà đến ba trăm triệu người Ấn phải sợ kìa! Bất bạo động đâu phải chiều lụy kẻ kẻ làm hại mình. Bất bạo động, là dùng cả sức mạnh của tâm hồn để chống lại với cường quyền của kẻ độc tài. Một người như thế thôi, cũng đủ khiêu khích cả một đế quốc và làm cho nó "tan tành nghiêng ngửa".[36]

Thật là hết sức rõ ràng Thế mà người ta cứ vẫn còn ngộ nhận. Nhân cái chết của Gandhi, Maryse Choisy, chủ nhiệm kiêm chủ bút tạp chí Psyché, viết một bài về "sứ mạng của Gandhi trong thế giới hiện đại" có câu: "Trong khi hàng thức giả Âu châu đều bùi ngùi thương tiếc Gandhi, cớ sao lại có được những hạng trí thức sơ đẳng và cả trung đẳng nữa họ nhao nhao châm vào những lời phê bình nông nổi của họ câu sáo ngữ nầy: "Bất bạo động, cái ấy dùng ở Ấn độ thì có kết quả được, chứ cái ấy không dùng gì được ở cái cõi Âu châu văn minh nầy". Thế mà cái ấy, nó lại nhè thắng ngay một đại cường quốc Âu châu có tiếng là có một chánh sách thuộc địa "thiết thực" nhứt Người ta hiểu lầm cho chủ nghĩa bất bạo động, là một thứ im lặng gần như bất động, và cho đó là thứ bạc nhược, lười biếng, bi quan, thuận mạng của Á đông Thật là những tin tưởng ngây ngô của bọn dốt nát."[37]

Sau khi dùng phân tâm học giải thích rất kỹ phương pháp chiến đấu ấy của Á đông, tác giả bài ấy nói tiếp: "Có lẽ rồi đây Âu châu cần phải có một Gandhi vãn cứu cho."[38]

Romain Rolland bảo: "Sức mạnh của bạo lực, thế mà còn phải chịu quì gối trước sự mềm dịu anh hùng".[39]

Ông Tam Ích, trong một số báo về Gandhi[40] còn nói: " người ta không giải quyết được cái gì cả bằng cường lực, nhưng người ta đoạt được tất cả bằng sự hiểu nhau và lòng bác ái, và chỉ có những người nầy thôi, mới có thể cứu được nhân loại điên cuồng". Cũng trong số báo ấy, ông Trịnh Huy Tiên tỏ vẻ bùi ngùi: " Nếu dân tộc Việt Nam chúng ta biết áp dụng phương pháp ấy của Gandhi, biết đâu chúng ta không đến nỗi lầm than như thế nầy."

Không cần phải dẫn chứng chi cho dông dài thêm nữa, bấy nhiêu thôi, tôi tưởng có lẽ cũng vừa đủ để trả lời câu hỏi thắc mắc của anh: "Thử hỏi có thể

dùng tư tưởng tịnh trong một xã hội động được không?”.

Nhứt là trong một xã hội đang náo động điên cuồng như xã hội ngày nay, chúng ta cần có những tay dẫn đạo bình tĩnh, sáng suốt để điều khiển chiếc thuyền đang ngửa nghiêng trên những luồng sóng dữ

Bởi vậy, trong quyển sách của tôi, nơi bài tựa có nói: “Thế giới đang cần những cá nhân siêu đẳng những cá nhân đứng giữa cơn dông tố bão bùng, rền rĩ những tiếng la thét của đoàn trừu mất đường lạc lối, mà vẫn giữ được sự tinh minh phi thường của tâm trí.”

C. Đành rằng sống là tranh đấu, nhưng phải biết tranh đấu ở trong vòng danh dự của con người. Tranh đấu theo người phải có khác với cách tranh đấu của giống sài lang. Dùng bạo động thì tàn bạo ắt sanh ra. Lấy oán báo oán, thì oán oán chập chồng, lẽ dĩ nhiên nó phải vậy. Khó mà đi ra khỏi cái vòng lẩn quẩn ấy một khi đã dùng đến bạo lực. Không khéo rồi đây nhân loại sẽ tàn sát nhau đến không còn một bóng người sống sót trên trần.

Người xưa có nói một câu rất chí lý: “Tranh đấu với người thì sanh ra chiến tranh; tranh đấu với mình thì mưu được hòa bình”. Tranh đấu với mình là tranh đấu cho tấm lòng tham lam ích kỷ của mình nhứt là với cái lòng yếu đuối khiếp nhược của mình. Đừng tưởng thắng là dễ. Thắng người còn dễ hơn là thắng mình.

Người ta sở dĩ phải dùng đến bạo lực trong khi tranh đấu, phải chăng chỉ vì cái Sợ mà gây ra không? Thử hỏi kẻ trộm kia mà gây tội giết người, nào phải họ có muốn như vậy, mà chỉ hốt hoảng nên đột nhiên phải dùng đến thủ đoạn sát nhân. Bạo động là con đẻ của cái Sợ. Nó là sức mạnh của những tâm hồn yếu đuối, chưa làm chủ được mình. Người ta chưa giải thoát được cái Sợ thì chớ mong bàn đến sự điềm tĩnh làm gì.

Ta thử giở lịch sử mà xem, sẽ thấy trong các cuộc cách mạng, sở dĩ có những sự tàn bạo ghê hồn đều do cái Sợ mà ra cả. Những kẻ bị cái Sợ ám ảnh thường rất dễ trở nên những người tàn bạo như các nhà độc tài xưa nay vậy. Vụ tàn sát khổng lồ mà lịch sử Pháp thường gọi là Massacre de Septembre năm 1792 rùng rợn bạo ác đến bực nào, nguyên do vì đâu, nếu không phải vì sự khiếp hoảng của dân chúng Pháp trước nạn ngoại xâm mà gây ra không? Chánh sách võ trang triệt để của các cường quốc thế giới hiện thời phải chăng chung qui chỉ vì cái sợ mà gây ra không? Thảo nào người ta không bảo: đây là thế kỷ của cái sợ (le siècle de la peur).

Huống chi dùng bạo động đã là một thói quen của ta hằng ngày, và quen đến gần thành một thiên tính, thật nhất đán mà trừ khử nó đi, đâu phải là một việc dễ Nếu không phải là một người có đại chí và hết sức nhẫn nại thì cũng khó lòng mà sửa đổi nó đi cho được. Một người bạn của tôi rất rành về môn

nhu thuật (Jiu-jistu) có nói với tôi: "Những người hay học ngạnh công (võ cứng), bây giờ muốn theo học nhu công, khó mà hay cho mau được. Là tại họ bị phải cái thói quen hay tấn công và đánh mạnh. Thói quen ấy lâu ngày lại thành như một thiên tính thứ hai, nên muốn sửa nó lại là cả một vấn đề kiên nhẫn cho người dạy nó cũng như cho người học nó". Lấy câu này mà suy, ta thấy người ta sở dĩ không tin đến điềm tĩnh trước bạo lực, cũng có cái lý do của nó vậy.

Tóm lại, kẻ sợ mới dùng đến bạo lực, người không sợ, thì không thèm dùng đến bạo lực, mặc dầu họ cũng biết dùng đến bạo lực như ai, vì một kẻ thất phu kia, không cần ai dạy, cũng dư biết cách phản động tự nhiên ấy rồi từ khi họ còn "để chỏm". Bởi vậy đối với những ai chưa thắng được cái sợ nơi lòng, mà bảo họ phải dùng đến điềm tĩnh thì họ làm gì dám tin được. Trái lại, bảo với kẻ đã đạt đến tinh thần bất úy rồi mà phải dùng đến bạo động, thì chắc chắn họ sẽ mỉm cười vì họ biết chỉ có họ mới hiểu nổi và làm nổi những phương sách cao hơn mà những kẻ thất phu tiểu khí không làm gì hiểu nổi. Như trước đây tôi đã nói, bọn xá nhân của Lạn Tương Như làm gì lượng nổi cái chí của Tương Như, cũng không làm gì làm nổi cái việc của Tương Như. Và cũng bởi thế mà Tương Như mới là Tương Như, còn bọn xá nhân chỉ là những bọn xá nhân theo hầu dưới trướng thôi.

Kết luận

Quyển sách *Cái Dũng của Thánh Nhân* chỉ bàn về cách tập luyện để đi đến một tinh thần điềm tĩnh, và ta hãy biết cho nó chỉ ở trong phạm vi ấy mà thôi. Còn như dùng đến sự điềm tĩnh ấy để làm gì, đó lại thuộc về một vấn đề khác.[41] Một đàng nói về đạo tu thân, một đàng bàn về thuật xử thế: hai lẽ ấy ta không nên không để ý đến cái phạm vi của mỗi thứ.

Cũng như câu chuyện Socrate mà tôi dẫn chứng trong quyển sách của tôi để nêu một cái gương kiên nhẫn của ông, sở dĩ chịu đựng một cách nhẫn nại tính khí bất thường của một bà vợ quá sức mất dạy, đâu phải, như người ta đã hiểu một cách vụng về, là tại ông có tánh khiếp nhược, làm cái gương "khư khư bất động" trước mọi nỗi ngang trái trong đời. Nhà thể thao kia muốn tập nhảy cao, cớ sao lại ôm trái tạ và cột bao cát nơi chân làm gì Cái thân thể mình kia cũng chưa có đủ nặng rồi sao? Có ai mà ngu si như thế không? Chắc chắn là không có ai cho người đó là ngu cả. Thì người vợ quá hung hăng nầy, đối với Socrate, chỉ là cái bao cát, trái tạ không hơn không kém, mà ông đã khéo lợi dụng, để tập luyện cái tính thản nhiên điềm tĩnh của ông thôi. Bảo rằng: "Với những người đàn bà mất dạy ấy, thì hãy cho nó ít tát cho kêu là êm chuyện", thì có khác nào bảo với nhà thể thao kia hãy bỏ quách cái bao cát và trái tạ đi cho rồi, cho khỏe thân vậy Cái hay của Socrate là biết xoay cái hại thành cái lợi, lợi dụng những điều ngang trái lặt vặt trong đời để tập luyện cái tinh thần tự chủ và điềm đạm của mình.

Dầu sao, dùng đến phép *nhu* hay phép *cương* – vì ở đời chấp kinh cũng phải biết tùng quyền – người dùng nó, trước hết phải là người hết sức điềm tĩnh mới được.

Ngôn có tận mà ý không cùng. Xin anh hiểu cho.

Nguyễn Duy Cần.

[1] Điềm đạm, điềm-tĩnh, hay là đạm-mạc, đều có nghĩa là: không để cho ngoại-vật động đến tâm của mình. (Bất dĩ ngoại vật, động kỳ tâm dã. -- TỪ NGUYÊN)

[2] Trang Tử.

[3] Acupuncture Chiniose – G. SOULIÉ DE MORANT (Mercure de France).

[4] Ẩm Băng Thất.

[5] La meilleure manière de se venger, e’est de ne pas se rendre semblable aux méchanis (Marc-Aurèle).

[6] En se vengeant, on se rend égal à son ennemi; en lui pardonnani, on se montre supérieur.

[7] E. Steinilber Oberlin: Les Sectes bouddhiques japonaises. Paris Éditions G. Crès el C., trang 130.

[8] Thắng người là có sức; thắng mình là mạnh.

[9] Xem quyển “Thanh Dạ Văn Chung và Toàn Chân Triết Luận”, cùng một tác giả.

[10] Xem bài “Văn minh Cơ giới” cùng một tác giả (báo Tiến số 89).

[11] Xem quyển “Thuật Tư Tưởng” cùng một tác giả.

[12] Xem quyển “Thanh Dạ Văn Chung” cùng một tác giả.

[13] Pour Sanver l'Esprit.

[14] Xem quyển “Thuật Tư Tưởng”, cùng một tác giả.

[15] Cổ Học Tinh Hoa.

[16] Cổ Học Tinh Hoa.

[17] SAKURAZAWA NYOITI. Le livre des Fieurse Paris, Plon, (trang 165, ch. 1 và 2).

[18] Bhagavad-Gita, trang 153 E.SENART.

[19] LÃO TỬ: ĐẠO ĐỨC KINH.

[20] Chánh văn đề: “Thi xạ chi xạ, phi bất xạ chi xạ dã”, ấy là cái bắn của cái bắn, không phải cái bắn của không cái bắn.

[21] Liệt Tử.

[22] Trang Tử, chương 21.

[23] Trang Tử, chương 19.

[24] Đơn điền: một huyệt dưới rốn lối 6, 7 phân tây.

[25] Chấp có Ta: Chữ dùng bên Phật gia.

[26] Lời của dịch giả.

[27] Thuần nhậm tự nhiên.

[28] Lúc sống chen lộn với quần chúng là lúc cần phải tĩnh tâm, không khéo sẽ bị lôi cuốn mà mất cả bản tính.

[29] Cũng như biết nghe hay hơn biết nói.

[30] Người quân tử là người không ham muốn gì cả.

[31] Đăng trong “Khoa học tạp chí” số xuân Nhâm Thìn.

[32] Quyển "Thuật Xử Thế của Người Xưa".

[33] Quyển “Cái Dũng của Thánh Nhân”.

[34] Quyển "Cái Dũng của Thánh Nhân".

[35] Les forces spirituelles de l'Orient. (Claude Farrère), Paris, Flammarion, trang 168-169.

[36] Gandhi (Romain Rolland).

[37] Psyché, Janv, 1948.

[38] Psyché, Janv, 1948.

[39] Gandhi (R. Rolland).

[40] France-Asie, no 32 (1948).

[41] Xem quyển "Thuật Xử Thế của Người Xưa", cũng một tác giả bàn về vấn đề nầy.